

HUMANITAS
junior

Cristian Andrei

LECTII PARTICULARE 2



Cum să iei
în serios
viața sexuală

DR. CRISTIAN ION ANDREI

LECTII PARTICULARE

Cum să ieși în serios
viața sexuală

VOLUMUL AL II-LEA

Ilustrații de ION BARBU



HUMANITAS

BUCUREȘTI

Coperta

IOANA DRAGOMIRESCU MARDARE

Foto copertă

GULIVER

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale
ANDREI, CRISTIAN ION**

**Lecții particulare. Cum să ieși în serios
viața sexuală / dr. Cristian Ion Andrei.**

București: Humanitas, 2001

2 vol.; 20 cm (Humanitas Junior)

ISBN 973-50-0151-9

Vol. II - 2001, p. 216 - ISBN 973-50-0153-5

613.88:3-053.6

© HUMANITAS, 2001

ISBN 973-50-0151-9

ISBN 973-50-0153-5

1

Situații erotice

Pe mine mă pasionează relațiile interumane. Ele ne pot supune unor situații de o diversitate infinită, nelăsându-ne să le trăim prin ceilalți. De aceea, tinerii nu au posibilitatea de a învăța prea multe din experiența adulților, ci mai degrabă din propriile trăiri... Cu toate acestea, ei sunt încântați să-i audă povestind despre viața lor intimă, căci — pe lângă încrederea pe care o demonstrează acest gest — confidența implică și o largire a orizontului de cunoaștere.

Ovidiu o iubește pe Ana de vreo cinci ani. Numai că ea locuiește la vreo 300 km de el. Are un grup de prietene cu care umblă prin discoteci, iar uneori bea peste măsură și o apucă jalea gândindu-se cât de singură este. Atunci îl sună pe Ovidiu și-l cheamă să facă dragoste. El călătorește o noapte întreagă, o găsește în stare „ebrioasă” (adică beată de-a binelea), fac un sex din care ea nu-și amintește mare lucru, apoi se ceartă teribil. Ana îl alungă pentru totdeauna, deși știe că-l va mai suna când va avea nevoie de sufletul lui cald. Ovidiu mi-a povestit că singura dată când s-au înțeles realmente bine se aflau la el acasă, într-o săptămână de vacanță, dragoste și sex.

La prima mea întâlnire cu Ana, era evident că nu pune mare preț pe aspectul ei fizic. Stătea pe canapea cu jumătate de fund, își ținea mâinile între genunchi și nu mă privea când vorbea, ci doar când vorbeam eu, pândindu-mi fiecare gest. În doar două ore a reieșit clar că în trecutul Anei se petrecuse un viol și că avea o părere foarte proastă despre bărbați. Era convinsă că bărbații nu pot iubi și, dacă vrei să te înțelegi cu unul, trebuie să faci sex cu el. Cum avea nevoie

de multă afecțiune de la Ovidiu, i se adresa pe canalul sexual, deși ura atât de mult să facă sex...

Amor cu ochii închiși

Sexul cu ochii închiși este un fel de a te confrunța cu realitatea din pat. Dar nu te speria, căci mulți oameni închid ochii la o oră sau alta a „noptii” în care fac dragoste...

Ceva necunoscut și mare!

Atunci când în preajma unui copil de trei ani vine un câțel care latră tare, părând c-ar vrea să-l muște, el face exact ceea ce un adult n-ar face niciodată: închide ochii. Pentru acest copil, pericolul de lângă el dispare dacă închide ochii și nu-l mai vede. Ce legătură o fi între acest instinct prezent în dezvoltarea copilului și faptul că voi faceți dragoste cu ochii închiși? Păi, închipuiți-vă că uneori însuși partenerul sau faptele lui îți inspiră pericol. Și atunci o fi bine să închizi ochii? Nu contează dacă e bine, pentru că oricum faci cum îți vine.

La om se adaugă frica de simbol

În viața de zi cu zi, frica este cea care îți închide ochii. În viața sexuală, avem de-a face cu frica băieților de zona genitală a fetelor, dar și cu frica fetelor de falus. Falusul este mult mai mult decât un organ sexual masculin; este simbolul forței, al dominației și fecundității masculine. Și uite-așa, în conștiința fetelor se adună prea multe semnificații ale acestui simbol ca să-l mai și privească direct, cu ochii deschiși.

Există și o explicație fiziologică: reflexele

Când un om strănută, închide ochii. De multe ori se întâmplă așa și când el face dragoste. De exemplu, când o fată face dragoste în poziția prin spate, are o ușoară senzație de durere, și atunci închide ochii. Sau simte o amețelă pen-

tru că se apropie orgasmul, și atunci iarăși închide ochii. Sau, când un băiat simte o plăcere atât de mare încât i se contractă toți mușchii corpului (tot reflex), închide și el ochii.

Poate că e altceva decât dragoste!

O femeie poate să facă dragoste cu ochii închiși pentru că de fapt nu face dragoste. Ea face sex, iar cel cu care face sex poate nici să nu existe ca partener, dar să fie o persoană cu care ea are o relație. Poate este relația de subordonare, poate este cea de condiționare, iar atunci sexul prezent trebuie neapărat să dispară. Femeia respectivă suportă câte-va minute realitatea, știind că acest lucru dureros sau penibil va trece. Cam așa se întâmplă pe parcursul unui viol...

Mai ales când partenerul nu e perfect...

Atunci când cineva face dragoste cu ochii închiși, poate fi vorba și de un ideal. Stai mai mulți ani de zile fără să fi făcut dragoste măcar o dată și-ți închipui totuși cum ar fi. Vezi un băiat înalt, cu un spate lat, sau o fată cu sâni frumoși, și iată ești în pat cu celălalt sau cealaltă. Iar băiatul de lângă tine e puțin crăcănat, are spatele îngust și plin de coșuri. Sau fata de lângă tine are sâni puțin lăsați, picioarele mai scurte, fundul mai mare. Atunci pe cine preferi să vezi? Pe cel ideal sau pe cel care e deja în fața ta? Pe cel ideal nu-l poți vedea decât cu ochii închiși.

O dată și gata!

Oamenii se grăbesc foarte tare. Astăzi, ei se pot deplasa mai repede decât sunetul, iar informația pe care o prețuiesc atâta are o viteză uluitoare. Și când ești supus unei probe de perspicacitate, se ține cont de rapiditatea cu care dai soluții. Iar atunci când prezența sau faptele tale nu au mare valoare pentru cineva, acea persoană va spune că-și pierde timpul cu tine. Dar când ajungi specialist de valoare sau om de

afaceri, constăți că principala ta grijă este transformarea timpului în bani, pentru că *time is money*, cum spune vorbitorul de engleză.

Ca fata mare la măritat

Deși această vorbă populară se referă la nerăbdarea fetelor, ea se potrivește mult mai bine băieților. E adevărat că, o dată îndrăgostită sau măcar atașată de bărbatul său, fata va dori să pună cât mai repede viața ei la picioarele acestuia, și de aceea ar vrea să se mărite repede cu el. În schimb, băiatul vrea să facă sex cât mai repede și doar o dată, pentru că:

- vrea să asimileze persoana acelei fete cât mai repede, pe calea cunoașterii experiențiale. A asimila pe cineva înseamnă a te apropia, a interacționa, a extrage beneficiile și a trece mai departe.

- nu vrea să-și asume răspunderi sociale pe care nu le poate stăpâni (bunăoară căsătoria, o posibilă sarcină, securitatea materială, menținerea cuplului etc.) La 14 ani, un băiat poate face sex, dar nu poate întreține o familie de cinci persoane, nu-i așa?

- adesea, el nu are motive proprii de a face sex, dar trebuie să dovedească unor cunoscuți că e în stare s-o facă. De aceea, o face cât poate de puțin: o dată.

Situația tipică: la chef

Poate din acest ultim motiv, cele mai frecvente situații în care tinerii fac sex la întâmplare sunt cele legate de petreceri. Lume multă, majoritatea fiind persoane cu care tânărul trebuie să se compare. Dacă părinții gazdei au lăsat liber dormitorul, baia, sau măcar cămara, a doua zi te poți trezi cu o întrebare de genul: „Ei, i-ai pus-o tipei cu care dansai?” Iar această întrebare vine de la unul dintre concurenții tăi cei mai înverșunați. De altfel, nu știi dacă ai observat, dar când te afli la o petrecere fără concurenți, nu se „lipește” nimic de tine.

E drept, la un chef trebuie adăugată și băutura; ea produce dezinhibiția de care are nevoie o activitate sexuală facilă și tot ea favorizează comunicarea dintre potențialii parteneri sexuali. În Antichitate și Evul Mediu, orgia era la mare modă; constituită ca recul în fața strictetei morale impuse de religie, orgia avea ca deznodământ sexul la întâmplare, între parteneri care nu se cunoșteau neapărat și care nici nu trebuiau neapărat să continue acea relație în viitor. Iar mai târziu, cei care fac sex în noaptea unei petreceri nu-și amintesc numele partenerului sau felul în care l-au cunoscut. La această amnezie poate contribui din plin și mahmureala, dar principala ei cauză este delimitarea invitațiilor de restul lumii la petrecerea respectivă.

A fost o dată ca niciodată

Deși ai făcut dragoste doar o dată cu o persoană anume, ai putea spune că acelea au fost cele mai frumoase clipe din viața ta. Și asta în timp ce alte persoane se chinuie luni de zile să te facă fericit. E nedrept, dar acest lucru are o explicație: noaptea de dragoste a fost un eveniment care nu poate fi alterat prin repetare. Dacă ați face dragoste a doua oară, ar fi destul de probabil să spui că nu a mai fost așa de bine. La asta se adaugă satisfacția de a face ceva interzis, senzația de libertate, plus ideea că te desfășori între limitele tale, fără să-ți mai bați capul cu prietenii, sarcini nedorite, căsătorii și alte complicații sociale.

Cu ce rămâi

Un singur contact sexual cu o persoană necunoscută ar putea să aibă mult doritul efect de confirmare ca partener valabil. Din punct de vedere psihologic, confruntarea cu o situație nouă pare să aibă o valoare mai mare decât repetarea unei situații cunoscute, căci presupune o maximă capacitate de adaptare. Mai mult, pentru un băiat ea nu înseamnă doar performanță într-o situație nouă, ci și parcurgerea unui ritual de condensare a unei relații cu o femeie pe parcursul

a doar câteva ore. Iar acest lucru exprimă aceeași situație jenantă: societatea impune prea multe consecințe unui tânăr care vrea să facă sex, fără să-l ajute să se confrunte cu aceste consecințe. În ceea ce-o privește pe fată, ea nu trage nici un beneficiu din partida de sex cu un necunoscut, o singură dată. Dacă simte ceva pozitiv față de un astfel de eveniment, asta este pentru că speră că el va duce la ceva în viitor. Ea își va aminti mulți ani ceea ce a fost frumos, în timp ce băiatul va uita destul de repede și va căuta noi confirmări. Dar există o situație și mai delicată decât atât:

Când o dată e prima dată

Se întâmplă des ca fata cu care un băiat vrea să facă sex doar o dată să fie pur și simplu virgină. Poate că ea își dorește foarte mult să facă dragoste cu acel băiat, pentru că el este drăguț și pare iubitul perfect. În plus, mai toți băieții aflați la începutul relației cu o fată știu să fie fermecători. De aceea, fetei ar putea să-i placă pentru totdeauna un astfel de băiat. Dar ea ar trebui să știe că el nu e dispus să facă eforturi pentru mult timp dacă nu primește compromisuri sexuale în schimb. Iar băiatul ar trebui să știe că, dacă pentru el e o performanță să facă sex cu o virgină, pentru virgină „prima dată” nu înseamnă mare lucru. Există chiar și o situație tipică, pe care americanii o numesc „sindromul Peggy Lee”, denumit astfel după unul dintre cântecele ei, având refrenul: „*Is that all there is?*”, adică „Asta-i tot?” El exprimă dezamăgirea fetei în urma primului contact sexual, pe care ea îl investise cu multe așteptări.

Sexul pasiv

„Stai pe spate/ Și las-o doar pe ea./ Stai pe spate,/ E profesoara ta...”

Așa sună, dragi prieteni, textul unui cântec românesc care era la modă prin vara lui 2000, text destul de supărător mai ales la adresa celor care fac dragoste, nu sex.

Pasivitatea este un rol

În sexualitatea de tip european, partea pasivă este considerată a fi Ea, căci cel mai adesea ea stă și el este cel activ. Se spune că, din cauza efortului fizic depus, el este cel îndreptățit să obosească și să adoarmă după contactul sexual. Parțial adevărat. Ar fi împotriva rolului sexual ca o fată să facă avansuri, mângâind și încercând să-și excite doar ea partenerul. De-a lungul timpului așa s-a împământenit: ca fata să fie cea căutată, curtată, selectată, excitată și supusă unui preludiu din ce în ce mai intens, urmând ca, până la urmă, să poată lua și ea inițiativa.

Când devine femeia activă?

Momentul în care femeia are inițiativa pe parcursul unui act sexual este cel în care începe să simtă plăcerea cu adevărat sexuală. Până atunci ea poate simți un fel de incitare, confort, motivație, dar în nici un caz o plăcere irezistibilă. Când o femeie începe să miște, dragi băieți, să știți că atunci simte plăcerea. Pe de altă parte, fetelor, atunci când faceți dragoste puteți să dați din fund, din picioare, din urechi, dar s-ar putea să nu păreți active, pentru că plăcerea trebuie exprimată prin toți porii corpului, inclusiv prin voce.

Bărbatul pasiv, „ca un homosexual”

Când observă un băiat ale cărui mișcări nu inspiră forță, ci pasivitate, fetele tind să afirme că el arată a homosexual. Asta pentru că felul în care se mișcă exprimă mai mult emoții decât disponibilitate pentru acțiune. De aici putem deduce că stilul mișcărilor diferă net de la fată la băiat, ele făcând parte din inconfundabila comunicare non-verbală dintre sexe. Deși băiatul pasiv s-ar supăra rău auzind aceste afirmații, el manifestă prin comportamentul său o capacitate rară în rândul bărbaților: empatia față de afectivitatea femeii. Iar eu sunt convins că tocmai de aceea homosexualii se pot lăuda că se înțeleg de minune cu fetele...

Pasiv, deci inhibat

Unii tineri obișnuiesc să spună: „Eu nu știu să fac sex, nu prea mă mișc, dar nu am nimic împotriva să stau.” Motivele pentru care unii oameni aleg atitudinea pasivă atunci când fac dragoste pot fi diverse. În primul rând poate fi vorba despre inhibiție. Ea este într-un fel necesară pe parcursul diverselor acte fiziologice, apărând și în dinamica actului sexual, mai ales la sfârșit, în postludiu, când apare faza refractară. Dar unii oameni sunt inhibați de la un capăt la altul al actului sexual și cu greu îi faci să se miște. Atunci când acest lucru se întâmplă, se mișcă stângaci, iar când exprimă plăcerea, o fac într-un mod nepotrivit.

Pasiv, deci egoist

Un alt motiv pentru care un om poate manifesta o atitudine pasivă atunci când face dragoste este, bineînțeles, egoismul. De fapt, e vorba despre o exprimare genitală a egocentrismului. Dacă persoana respectivă are o genitalitate mult accentuată, atitudinile privind pasivitatea și activitatea sunt destul de apropiate de extreme. Când fetele manifestă o puternică genitalizare (v. *Genitalizarea*, vol. I), ele se mișcă mult și sunt destul de active; în schimb, băieții cu genitalizare excesivă vor să stea, pentru ca totul să se desfășoare în jurul organului lor sexual, și de aceea încremenesc contemplându-și propria plăcere furnizată de parteneră.

Alternanți pasivitatea!

De multe ori, pasivitatea în timpul actului sexual reprezintă un fel de abatere de la etica aceluia cuplu. De aceea, pare important ca cei doi parteneri să deprindă arta succesiunii armonioase a rolurilor (v. *Când apare excitația*, vol. I). Astfel, ea va învăța să primească tandrețea lui, trecând apoi la rolul celălalt, de parte activă. El va ști să fie la început activ, primind apoi ceea ce oferă ea. Aceste atitudini corespund dinamicii plăcerii la cei doi: la femeie, plăcerea se instalează mai lent și mai durabil; la bărbat, plăcerea se cere la început ponderată, apoi susținută. Orice ai fi tu, fată sau băiat, nu uita:

așa cum există o adevărată artă a contemplării tablourilor, există și o artă a primirii plăcerii sexuale — atunci când joci rolul celui pasiv...

Sexul planificat

Să trecem acum de la extrema sexului pasiv la cealaltă extremă, a sexului planificat. Cum ar putea o manifestare atât de spontană precum sexul să fie planificată cu minuțiozitate? Și ce motive am avea noi să facem un astfel de gest? Unii motivează că populația Terrei a crescut numeric așa de mult, încât este necesară o frânare a ritmului nașterilor. Ei îl citează pe Thomas Malthus, care afirma cu mulți ani în urmă că războaiele și epidemiile sunt fenomene necesare contracarării unei suprapopulări a planetei. Alții spun că obiectivul planificării este protejarea sănătății individuale și colective, prin evitarea complicațiilor ce pot surveni la apariția unei sarcini nedorite.

Planificare familială

Conceptul de planificare familială este răspândit în lumea întreagă, el desemnând un ansamblu de metode medicale și educative menite să facă din conceperea unui copil un act pe deplin conștient. În toate reședințele de județ din România există cabinete de planificare familială, amplasate de obicei în policlinici. Acolo găsești specialiști în sănătatea reproducerii și contracepție, care pot răspunde întrebărilor de tipul: „Cum să trăiesc o viață sexuală normală, cu risc minim?“, „Care este cea mai potrivită metodă anticoncepțională pentru mine?“, „Ce trebuie să fac atunci când o sarcină se ivește în viața mea?“

Metode contraceptive naturale

Printre metodele de evitare a unei sarcini nedorite există și așa-zisele „metode naturale“, numite astfel pentru că nu

presupun vreo intervenție asupra aparatului genital. Dintre acestea, cele mai practicate sunt metoda întreruperii actului sexual și cea a calendarului.

Metoda întreruperii constă în retragerea sexului bărbatului din vagin în momentul anterior ejaculării, astfel încât sperma ajunge în afara corpului femeii, iar fecundarea nu mai poate avea loc. E clar că nu te poți baza pe această metodă, știut fiind faptul că, încă din primul minut al erecției, prin orificiul uretrei băiatului apare o picătură de secreție a glandelor Cowper, care ar putea conține și spermatozoizi (v. *Secretul secrețiilor*, vol. I). În plus, nu poți avea prea multă încredere în capacitatea unui băiat de a se controla în momentul apropierii orgasmului...

Sex după calendar

La rândul ei, metoda calendarului constă în planificarea sexului exclusiv în zilele în care femeia e sigură că nu va avea ovulație. Astăzi, ea nu mai este considerată o metodă contraceptivă sigură. Observând cu atenție temperatura din vagin și aspectul secrețiilor vaginale, o femeie ar putea să afle cu destulă exactitate care sunt zilele în care este fertilă, adică predispusă la sarcină în urma unui contact sexual. Pentru a pune în aplicare metoda calendarului, e nevoie de observarea vreme de 12 luni a regularității ciclurilor menstruale. Presupunând că lungimea ciclului este de 28 de zile, trebuie să scazi 20 de zile, pentru a afla care este începutul perioadei fertile. Astfel, dintr-a 8-a zi de la începutul ciclului e riscant să faci dragoste. Ceea ce înseamnă că, dacă sângerarea a ținut 4 zile, mai ai doar 4 zile în care ai putea să faci sex fără a rămâne însărcinată. Și tot nu poți fi foarte sigură, căci rămâne totuși un risc de 6%. Mai sigură este perioada anterioară ciclului următor; ea se calculează prin scăderea a 11 zile din durata ciclului, însă și mai sigur e să iei în considerație doar ultimele 7 zile de până-n următoarea sîngerare.

Mâine, la ora cinci

Să lăsăm deoparte contracepția și să ne gândim la o altă rațiune de a-ți planifica sexul. După ce fata și băiatul ajung la concluzia că se doresc unul pe celălalt, începe o perioadă în care partida de sex plutește în aer. Ba chiar este promisă ferm, mai ales din partea băiatului, care spune: „Mâine, la ora cinci, când părinții mei vor fi plecați, voi face dragoste cu tine!” Nu e de mirare dacă, ajunși în fața acelei ore de dragoste, băiatul va avea o problemă de erecție sau o ejaculare precoce, iar fata va simți o frică teribilă. Și atunci ce-ar fi mai bine să faci?

În primul rând să nu faci din sex un obiectiv cu dată fixă, mai ales atunci când el este ceva prea puțin cunoscut în viața ta sau a partenerei. În al doilea rând, amintindu-ți importanta lege enunțată de Piaget, asociază ceea ce e nou cu ceea ce ți-e cunoscut. Astfel, fraza ta va trebui să sune cam așa: „Mâine la ora cinci părinții mei vor fi plecați, iar eu te voi ține iar în brațe.” Poate mai târziu, când ea va fi învățat deja ce înseamnă să faci dragoste, îi vei putea comunica ora la care veți face dragoste, iar ea va simți o excitație crescândă pe măsură ce se apropie ceasul promis.

Când alții hotărăsc pentru tine

O fi o greșală să-ți planifici ora de sex, dar e și mai dăunător să-ți planifice altcineva sexualitatea. Cei mai „buni” planificatori sunt de obicei aceia care nu prea au de-a face cu sexul: părinții, bunicii și chiar prietenii; în general oamenii „care-ți vor binele”. De obicei, părinții și bunicii decid când să nu faci sex, iar prietenii decid când să faci sex. Cu excepția câtorva coincidențe, mai niciodată aceste decizii nu corespund dorințelor tale. Ar fi minunat dacă ai putea decide singur, dar oare ai această capacitate? În literatura anglo-saxonă cu privire la management sunt folosiți adesea termeni precum *informed decision* sau *informed consent*, adică decizie sau consimțământ dat în cunoștință de cauză. În cazul discutat de noi aici, cea mai bună atitudine posi-

bilă este preluarea informației de la binevoitori și rezervarea dreptului la propria decizie.

Mintea de a doua zi

După ce ai făcut dragoste, s-ar putea să-ți pară rău încă de a doua zi. De fapt, încă din primele cinci minute de „după”, poți începe să-ți rozi unghiile, gândindu-te că s-ar putea ivi o sarcină nedorită, o boală cu transmitere sexuală sau un fel de catastrofă socială. Nu trebuie să fii psihiatru ca mine, ci doar un om chibzuit pentru a-ți da seama că multe dintre consecințele de a doua zi ar putea fi prevenite printr-o simplă comunicare încă dinainte de a face dragoste.

Când focul dorinței s-a stins

Acum, că citești „la rece” această carte, îți dai seama că în momentele de excitație sexuală conștiința ta suferă unele modificări calitative și chiar cantitative (v. *Actul de identitate*, vol. I). Percepțiile sunt integrate altfel în aceste momente; vederea nu mai are ponderea cea mai mare, atenția se deplasează către spațiul intim, iar valorile se ierarhizează mai degrabă pe criterii instinctive (de aceea, ce spunea mama în urmă cu o zi cântărește mult mai puțin decât un sărut). Ai putea să realizezi în astfel de momente că între ziua a 10-a și a 14-a a ciclului riscul de sarcină după un singur act sexual este de 20–30%? Sau că între zilele a 14-a și a 17-a riscul de a avea o sarcină este de peste 50%? Nu, în nici un caz. În schimb, aceste cifre ți-ar putea reveni în conștiință în faza refractară de după actul sexual. Atunci încep frământările, acuzațiile și vinovățiile. Ele pot atinge cote atât de alarmante, încât apare riscul de a face prostii.

Spălătura cu oțet

Cele mai mari prostii sunt acelea preluate din auzite. E adevărat că toate au câte un sâmbure de adevăr, rezultat din experiențele altora. Dar când preiei o soluție din auzite,

preiei doar rezultatul, fără să afli prea multe detalii tehnice sau informații despre posibilitățile de eșec. De exemplu, babele știu că, imediat după ce a făcut sex, o femeie poate diminua riscul de a rămâne însărcinată făcând spălături vaginale cu oțet sau introducând acolo o aspirină, care este tot acid. Poți încerca o astfel de soluție disperată, dar vei simți că vaginul te ustură de-ți dau lacrimile. Asta pentru că, din auzite, nu ai preluat și detaliul cu privire la concentrația substanței acide folosite ca spermicid: oțetul trebuie diluat până la 10%, pentru a nu produce inflamații vaginale. Spre deosebire de o babă, un medic ți-ar recomanda preparate spermicide, care sunt mai eficiente, mai puțin riscante și au avantajul de a oferi și oarecare protecție contra bolilor cu transmitere sexuală. Cele mai bune spermicide se prezintă sub forma unei spume care trebuie introdusă în profunzimea vaginului înainte sau chiar după actul sexual. Altele se găsesc sub formă de gel sau cremă, ele putând fi prezente și pe prezervative sau pe alte dispozitive de protecție plasate în vagin.

Pilula de a doua zi

Tot din auzite știi că, aflându-te la mijlocul ciclului (în jurul celei de a 14-a zile) și făcând sex fără protecție, ai putea lua a doua zi o pilulă care să micșoreze riscul de a avea o sarcină nedorită. E adevărat: în primele 72 de ore după contactul sexual se poate administra în două reprize un preparat hormonal care împiedică instalarea sarcinii. Dar o astfel de pilulă poate fi luată și înainte de contactul sexual; dacă știi că există riscul de a fi asaltată sexual, poți lua cu câteva ore înainte o astfel de pilulă, pentru a preveni instalarea unei sarcini nedorite. Trebuie să ai în vedere și efectele adverse ale unei astfel de pilule, mai ales dacă o folosești în mod repetat. În primele ore de la administrare pot să apară grețuri destul de puternice și chiar vărsături, iar dacă folosirea pilulei de a doua zi devine o regulă, ea poate duce la afectarea serioasă a venelor profunde. Pe lângă aceste efecte adverse, mai există o contraindicație importantă: o sarcină dorită,

existentă în momentul administrării pilulei, care va fi periclitată de acești hormoni.

Măsuri precoce

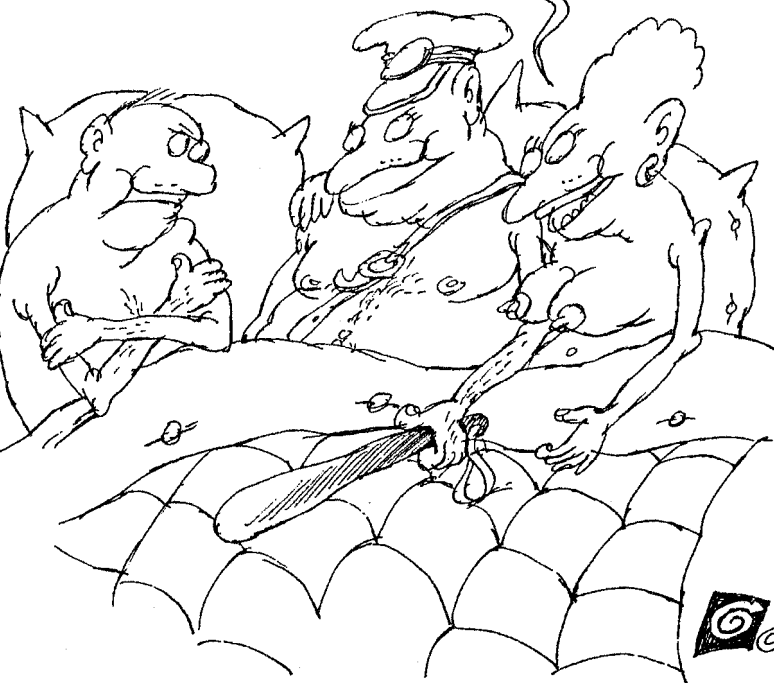
Pentru a preveni instalarea sarcinii, medicul persan Al-Razi recomanda următoarele: „Imediat după ejaculare, cei doi se vor îndepărta. Femeia va strănuta de câteva ori, va striga de câteva ori și va sări înapoi de șapte până la nouă ori” (săritul înainte era menit să crească șansele de a avea o sarcină, prin deplasarea spermei în profunzime). De-a lungul istoriei, acestor măsuri li s-au adăugat altele, precum spălăturile cu vin, cu zeamă de usturoi și, mai recent, cu coca-cola... De fapt, cele mai sigure măsuri precoce sunt cele menționate mai sus: spălătura vaginală, aplicarea profundă a unui gel spermicid și prezentarea la cabinetul de planificare familială.

La rândul lor, după ce au făcut sex, bărbații se îngrijesc de aparatul lor genital făcând două gesturi foarte simple: cel de a se spăla și cel de a urina. La acestea, ei ar trebui să adauge încă unul: acela de a merge împreună cu partenera la medic. Poate că aici, pe lângă spălături, geluri spermicide și pilule, ar mai putea beneficia de o metodă de contracepție destul de eficientă în cazul unui contact sexual neprotejat care a avut deja loc: instalarea unui sterilet în interval de cel mult cinci zile de la „eveniment”.

Mai bine mai devreme decât prea târziu

Una dintre cele mai eficiente metode de învățare presupune încercarea, eroarea și tragerea concluziilor. Poate de aceea mintea de a doua zi este ceva bun în viața unui tânăr. Dar sexualitatea înseamnă viață, poate chiar mai multe vieți într-una singură, și de aceea e important ca partenerii să facă ceva mai devreme de a doua zi, poate chiar înainte de a face dragoste... Dar o discuție despre siguranță în momentele cele mai fierbinți este delicată. Iată ce ai putea discuta cu partenerul sau partenera ta încă dinainte de a face

EL MĂ APĂRĂ
DE S.I.D.A. !



dragoste și cam ce expresii ai putea folosi într-o astfel de situație:

- despre perioada fertilă: „Crezi că se poate ivi un copil din ceea ce facem noi azi?”

- despre existența unei boli cu transmitere sexuală: „Mă interesează dacă ești pe deplin sănătos în perioada asta...”

- despre teamă: „Ai destul curaj să faci dragoste cu mine?”

- despre îndoială: „Ce pot face ca să te bucuri de mine?”

Observați că aceste întrebări sunt ceva mai ciudate decât cele folosite de obicei, având un caracter pozitiv, din care lipsesc amenințarea, insulta, suspiciunea.

Sexul cu martori

Când am început să vorbim despre sexul planificat, ziceam că sunt destui aceia care „se bagă” în viața ta sexuală. Acum a venit momentul să ne referim și la aceia care chiar asistă la momentele tale cele mai intime, fie că vor, fie că nu vor (în ceea ce te privește pe tine, știu că nu vrei).

Martora Margot

Margot era o studentă care nu avusese nici un prieten până-n ziua întâmplării relatate aici; nu se știe cum găsea ea compensații pentru dragoste mergând la școală cu asiduitate și plimbându-se prin parc singură. Cert este că, într-o zi, ea s-a întors la cămin ceva mai devreme decât era prevăzut. A intrat și a văzut-o pe colega sa de cameră făcând dragoste cu un băiat. Îl știa. Era un băiat pe care îl văzuse îmbrăcat până atunci.

Iată cum povestește el momentul: „Am încremenit. De unde până atunci eram pe culmile unor valuri spumoase și ne mângâiam foarte frumos, tot ce fusese mișcare s-a condensat într-un singur punct. Am dat fundul puțin mai înapoi și-am strâns capul prietenei mele la pieptul meu, ca să nu vadă. Am închis ochii și-am întrebat-o șoptit la ureche: «Ce facem?»” Margot rămăsese și ea încremenită în ușă; nici nu intra, nici nu ieșea, ba se mai uitau și alții de pe hol la ceea

ce se vedea înăuntru. Până la urmă, Margot și-a dat seama că cei doi îi sunt inferiori, pentru că arătau de parcă le dăduse cu o măciucă-n cap. După câteva secunde grele, Margot s-a înduplecat și a ieșit. A revenit la cămin seara târziu și n-a mai vorbit cu colega ei de cameră câteva zile.

Ți-o poți închipui pe mama ta făcând dragoste?

Își amintește vreunul sau vreuna dintre voi cât de mult vă doreați, când erați mici, să-i surprindeți pe mama și pe tata făcând dragoste? Foarte mulți copii asistă la fragmente de scene sexuale între părinți, nu numai uitându-se, ci și ascultând. Mama se vaită și tata gâfâie. De aici rezultă că tata îi face un rău mamei, ea nu se poate apăra și poate are nevoie de ajutor. Tot de aici rezultă și o întrebare foarte interesantă pentru un psihoterapeut: „Ți-o poți închipui pe mama ta făcând dragoste?” Adesea, imposibilitatea de a-și închipui un astfel de episod grăiește despre existența unei mărturii a copilului la sexul părinților.

De la acest episod, în care martorul este un copil, să trecem la o etapă mai târzie, când fetița cea mică a devenit o fată care află câte ceva despre sex. Această fată poate să meargă în tabără sau să stea la un internat, nefiind ea cea care face dragoste sau cea care mângâie și este mângâiată de un băiat. Urăște faptul că o altă fată face dragoste și lasă să se audă. Își pune perna-n cap. Se zvârcolește. A doua zi spune că n-a dormit deloc, s-a simțit foarte rău, o doare burta, i-e scârbă de mâncare și nu mai vrea să stea în locul acela.

Mulți, foarte mulți băieți se masturbează auzind sau văzând că se face dragoste. La urma urmei, efectul pseudo-afrodisiac al imaginilor și sunetelor din gama sexuală este arhicunoscut și foarte des folosit, nu? Se și spune: „Hai la mine să-ți dau o cafea, să bem ceva și să-ți pun un film pe casetă.”

Unde-s mulți, majoritatea sunt martori

Mai este și sexul în grup. Îmi amintesc chiar (cu o oarecare rușine) că odată, mergând printr-un oraș din Moldova, am întrebat o femeie unde se poate găsi o poștă, pentru că tre-

buia să dau un telefon la serviciu, și a fost cât pe ce să primesc o poșetă în cap. Ce știa ea și nu știam eu era că tot „poștă” se numește și situația în care o femeie face sex cu mai mulți bărbați la rând, pe parcursul aceleiași partide.

Mulți băieți mi-au mărturisit fantasma de a face sex în grup. De ce? Pentru că, de multe ori, inițierea în sex are loc la băieți prin imitație. Când rostesc obscenități în cadru mai mult sau mai puțin organizat, băieții o fac pentru că vor să-i imite pe ceilalți. Și atunci când încep să se masturbeze, băieții se imită unii pe alții. Ei nu au nici o plăcere de la bun început, dar vor să descopere plăcerea celorlalți băieți care au încercat acest lucru și vor să intre în rândul lor. Tot așa se întâmplă și cu băieții care vor să facă sex în grup. Nu e prea mare plăcere, pentru că dorința de a avea un partener în exclusivitate există în fiecare. Dar se poate întâmpla să ai nevoie să mai înveți. Iar nevoia fundamentală care stă la baza fenomenului de observare a partidei de sex a altora este în primul rând cognitivă: nevoia de a ști, de a cunoaște, de a vedea, de a învăța și de a proceda cel puțin la fel.

Tot așa se întâmplă, bineînțeles, și cu violul: în timpul violului există uneori și alți băieți de față, la practica posibilităților perversiuni sexuale se adaugă și această perversiune teribilă, cea mai grea pentru o fată: să fie privită fără voia ei atunci când face dragoste și mai cu seamă când e violată. Pentru fată este cumplit; pur și simplu îi dispare speranța de a ascunde ceea ce s-a întâmplat. Confruntarea cu un singur agresor găsește uneori mângâiere și compensație, dar când sunt doi și fata nu are cum să nu vadă cele *două* persoane, este groaznic.

Vaginizm și penis captivus

Există o reacție tipică de apărare despre care spuneam mai sus că și un copil mic o aplică atunci când este amenințat de ceva: închide ochii, ca să nu mai existe acea situație teribilă, agresiunea să dispară, nemaifiind văzută. Bineînțeles că, surprinși într-o situație erotică, oamenii pot adopta diverse stiluri: unii pot reacționa cu furie: aruncă cu ceva,

înjură cât pot de tare și de urât, alții șoptesc, sunt încurcați, se înroșesc sau devin palizi. Cert e că ceea ce era până atunci act sexual, din momentul acela este ratat. Băieții nu mai pot, fetele simt chiar durere, pentru că multe dintre ele manifestă, atunci când sunt surprinse, ceea ce în ginecologie se numește vaginism, adică o contractură a vaginului care poate fi teribil de dureroasă. Când cei doi sunt surprinși, cel mai repede reacționează fata, prin vaginism. Iar dacă penisul băiatului este încă în erecție, el este pur și simplu strangulat și atunci rămâne captiv, din moment ce partea dinăuntru este mai groasă decât cea de afară. Și cu cât rămâne el mai mult captiv acolo, cu atât se strânge mai tare vaginul fetei. Acest fenomen se numește *penis captivus* și este exact ce vedeți uneori pe stradă la căteii care nu-și mai pot da drumul unul altuia, după ce au fost șocați de o împrejurare oarecare: un atac, un autobuz sau un pieton care s-a distrat pe seama lor sau, oricum, apariția unui martor.

Martori nevinovați

Într-una din emisiunile „Lecții particulare”, o ascultătoare a relatat cum, în timpul sarcinii, îi venea greu să facă dragoste cu soțul ei din cauza copilului — a persoanei — care exista în ea.

În afară de oameni, mai pot exista și alți martori. De exemplu, un martor de temut este un obiect ce aparține unui concurent sau (mai ales) unei concurente (v. *În pat cu al treilea*, vol. I). O fată care vede fotografia unei rivale undeva în jurul ei când face sau ar vrea să facă dragoste se ridică, se duce la fotografie, o pune cu fața în jos și după aceea... mai discută. Un băiat nu face întotdeauna așa; dacă vede fotografia altui băiat undeva, poate pur și simplu să-și închipuie că-l sfidează, pentru că — amintiți-vă — inițierea sexuală a băieților se face foarte adesea în grup. Ei învață unii de la alții și se tolerează între ei mai ușor atunci când fac dragoste. Fetele însă, nu. Dacă o fată tolerează o altă fată atunci când face dragoste, de față, chiar acolo, înseamnă că există tendințe către lesbianism. Fetele se cam urăsc unele pe altele când e vorba

buia să dau un telefon la serviciu, și a fost cât pe ce să primesc o poșetă în cap. Ce știa ea și nu știam eu era că tot „poștă” se numește și situația în care o femeie face sex cu mai mulți bărbați la rând, pe parcursul aceleiași partide.

Mulți băieți mi-au mărturisit fantasma de a face sex în grup. De ce? Pentru că, de multe ori, inițierea în sex are loc la băieți prin imitație. Când rostesc obscenități în cadru mai mult sau mai puțin organizat, băieții o fac pentru că vor să-i imite pe ceilalți. Și atunci când încep să se masturbeze, băieții se imită unii pe alții. Ei nu au nici o plăcere de la bun început, dar vor să descopere plăcerea celorlalți băieți care au încercat acest lucru și vor să intre în rândul lor. Tot așa se întâmplă și cu băieții care vor să facă sex în grup. Nu e prea mare plăcere, pentru că dorința de a avea un partener în exclusivitate există în fiecare. Dar se poate întâmpla să ai nevoie să mai înveți. Iar nevoia fundamentală care stă la baza fenomenului de observare a partidei de sex a altora este în primul rând cognitivă: nevoia de a ști, de a cunoaște, de a vedea, de a învăța și de a proceda cel puțin la fel.

Tot așa se întâmplă, bineînțeles, și cu violul: în timpul violului există uneori și alți băieți de față, la practica posibilităților perversiuni sexuale se adaugă și această perversiune teribilă, cea mai grea pentru o fată: să fie privită fără voia ei atunci când face dragoste și mai cu seamă când e violată. Pentru fată este cumplit; pur și simplu îi dispare speranța de a ascunde ceea ce s-a întâmplat. Confruntarea cu un singur agresor găsește uneori mângâiere și compensație, dar când sunt doi și fata nu are cum să nu vadă cele *două* persoane, este groaznic.

Vaginizm și penis captivus

Există o reacție tipică de apărare despre care spuneam mai sus că și un copil mic o aplică atunci când este amenințat de ceva: închide ochii, ca să nu mai existe acea situație teribilă, agresiunea să dispară, nemaifiind văzută. Bineînțeles că, surprinși într-o situație erotică, oamenii pot adopta diverse stiluri: unii pot reacționa cu furie: aruncă cu ceva,

înjură cât pot de tare și de urât, alții șoptesc, sunt încurcați, se înroșesc sau devin palizi. Cert e că ceea ce era până atunci act sexual, din momentul acela este ratat. Băieții nu mai pot, fetele simt chiar durere, pentru că multe dintre ele manifestă, atunci când sunt surprinse, ceea ce în ginecologie se numește vaginism, adică o contractură a vaginului care poate fi teribil de dureroasă. Când cei doi sunt surprinși, cel mai repede reacționează fata, prin vaginism. Iar dacă penisul băiatului este încă în erecție, el este pur și simplu strangulat și atunci rămâne captiv, din moment ce partea dinăuntru este mai groasă decât cea de afară. Și cu cât rămâne el mai mult captiv acolo, cu atât se strânge mai tare vaginul fetei. Acest fenomen se numește *penis captivus* și este exact ce vedeți uneori pe stradă la căteii care nu-și mai pot da drumul unul altuia, după ce au fost șocați de o împrejurare oarecare: un atac, un autobuz sau un pieton care s-a distrat pe seama lor sau, oricum, apariția unui martor.

Martori nevinovați

Într-una din emisiunile „Lecții particulare”, o ascultătoare a relatat cum, în timpul sarcinii, îi venea greu să facă dragoste cu soțul ei din cauza copilului — a persoanei — care exista în ea.

În afară de oameni, mai pot exista și alți martori. De exemplu, un martor de temut este un obiect ce aparține unui concurent sau (mai ales) unei concurente (v. *În pat cu al treilea*, vol. I). O fată care vede fotografia unei rivale undeva în jurul ei când face sau ar vrea să facă dragoste se ridică, se duce la fotografie, o pune cu fața în jos și după aceea... mai discută. Un băiat nu face întotdeauna așa; dacă vede fotografia altui băiat undeva, poate pur și simplu să-și închipuie că-l sfidează, pentru că — amintiți-vă — inițierea sexuală a băieților se face foarte adesea în grup. Ei învață unii de la alții și se tolerează între ei mai ușor atunci când fac dragoste. Fetele însă, nu. Dacă o fată tolerează o altă fată atunci când face dragoste, de față, chiar acolo, înseamnă că există tendințe către lesbianism. Fetele se cam urăsc unele pe altele când e vorba

de partener; ele pot ajunge la o dorință organică de a se înălțura una pe alta.

În pat, fără sex

Se mai întâmplă și asta, nu? De atâta dorință, de atâta curiozitate, din atâta iubire ai putea să ajungi în pat cu cineva. La oamenii foarte tineri, a ajunge în pat înseamnă a ajunge în sanctuar. Acolo unde se fac ritualurile cele mai intime, pe care numai cei inițiați le stăpânesc. Dar, culmea! Conform observațiilor psihologice, majoritatea tinerilor care ajung în pat pentru prima dată cu un potențial partener nu vor face sex. Care ar fi motivele Ei și care ar fi motivele Lui de a nu face sex?

Motivele ei

Se consideră că în dragoste fetele sunt generoase tocmai pentru că de la ele se așteaptă oamenii să cedeze. Motivele unei fete de a ajunge în pat cu un băiat pot fi altele decât cele sexuale. De aceea, prietenul ei ar putea fi foarte mirat să se confrunte cu un refuz când e vorba de ceva concret. Nici prin cap nu-i trece lui că fata are de fapt chef de vorbă, e încântată de intimitatea pe care o oferă patul, vrea de fapt să fie doar ținută în brațe, sau pur și simplu imită ceea ce a văzut în filme. Problema imitației a fost dintotdeauna aceea a neconcordanței cu originalul. Mare este dezamăgirea fetei când simte că perna lui miroase a tutun, cearșaful îi stă mototolit sub fund, iar deasupra ei se zbate prietenul cel draguț care acum e transpirat și schimbat la față.

Barierile funcționează la orizontală

Cât timp „stă în picioare”, o fată este predispusă să accepte aspectele erotice ale întâlnirii cu un băiat. Ajunsă însă la orizontală, în comportamentul ei încep să se manifeste instinctele; nu atât cele sexuale, cât cele de apărare. Dacă ești băiat, gândește-te cum ar fi dacă un om de două ori mai

masiv decât tine, deținător al unui instrument perfid, te-ar pune jos și ar exercita asupra ta niște presiuni tandre. Oricât de tandru ar pretinde el că este, tot ți se face frică, nu? Nu poți vedea ce se întâmplă în jur, nu poți controla mișcările propriului corp, nu te poți retrage pentru ca apoi să te poți întoarce de bunăvoie. De aceea, fata care învață să facă dragoste trebuie să aibă posibilitatea de a controla propriile mișcări, de a avea inițiative, de a putea exprima ceea ce dorește. Iar acestea toate nu sunt posibile când se află sub partenerul ei; trebuie să adaug repede că inițierea fetei în sexualitate nu se face o dată cu prima penetrare, ci mult mai devreme, prin explorarea corpului propriu și al partenerului. Iar acest lucru e favorizat de pozițiile active, cum ar fi cea în care partenerii stau în picioare sau culcați pe-o parte, unul lângă altul (v. *Intromisiunea*, vol. I).

Motivele lui

O femeie caută în patul unui bărbat ceea ce-a mai avut și i-a plăcut. În schimb, un bărbat caută ceea ce el n-a avut încă, dar au avut alții. Nu mică este mirarea unei fete care, după ce a făcut o serie de compromisuri față de prietenul ei, inclusiv sărut, mângâiat, dezbrăcat, chiar sex oral, ajunge în pat cu el, dar acolo nu se întâmplă nimic. Pentru un astfel de comportament există trei explicații: în primul rând, în mintea acelui băiat pot persista amintiri neplăcute cu privire la performanțele sale sexuale, mai ales prin comparație cu ce se laudă alții că au reușit în sex. În al doilea rând, se adaugă și tensiunea pe care o resimte băiatul când știe că trebuie să facă sex cu cineva, mai ales dacă acest lucru a fost anunțat cu fermitate dinainte. În al treilea rând, partenera este aceea care poate produce inhibiții de netrecut, atunci când încalcă succesiunea naturală a concesiilor sexuale (v. *Cum să fii aleasă*, vol. I).

Interpretarea scuzelor

Atunci când, aflat în pat cu tine, un băiat refuză să facă sex, trebuie în primul rând să vezi dacă nu cumva limbajul ver-

bal în care se scuză este contrazis de limbajul non-verbal, prin care corpul lui îți comunică adevărul. Iar dintre mesajele pe care corpul unui băiat ți le transmite, unul foarte controversat este erecția. Un băiat ar putea să-și refuze partenera chiar și atunci când erecția îl contrazice, căci instinctul sexual nu este atât de puternic încât să-l determine să acționeze împotriva propriei voințe. Când refuză sexul cu o fată, un băiat invocă de obicei motive tehnice. Dar trebuie să știi că în spatele lor se ascund aproape mereu motive de natură afectivă. De exemplu, în spatele expresiei „Sunt obosit” se ascunde „Sunt îngrijorat pentru starea corpului meu”. Și în spatele expresiei „Nu avem timp” se ascunde „Mă copleșește cantitatea de satisfacție pe care mi-o ceri”. În loc de „Nu asta urmăresc de la tine” se află de fapt „Nu ești persoana în fața căreia aș accepta să mă fac de râs” sau „N-aș vrea să se afle că am fost cu tine” ș.a.m.d.

Chinuială sau deliciu?

Să stai în pat cu cineva dezirabil și totuși să nu faci sex... După cum spuneam mai sus, aceasta este de fapt o imitare a adulților, prin pătrunderea în sanctuarul sexului. Atâta timp cât încă nu s-a împlinit prin sex, acest ritual pare chinuitor. Cei doi se excită, se tatonează reciproc, se șantajează, se amăgesc sau chiar se luptă unul cu altul. Dar pentru că la vârsta lor sexul nu este atât un instrument al plăcerii, cât unul al cunoașterii, fețele lor de „după” nu exprimă atâta chin cât ar exprima fețele unor adulți care n-au reușit „s-o facă”. Partenerii aflați la început de drum erotic recurg adesea la o simbolizare a sexului printr-un gest generic, care poate fi una dintre concesiile sexuale. Astfel, un băiat poate considera c-a „avut” o fată dacă ea îi răspunde la flirt, dacă acceptă să fie sărutată, dacă a fost dezbrăcată de el, dacă a acceptat să-i pună mâna pe sex sau dacă a stat cu el dezbrăcată în pat etc. La rândul ei, fata transformă minutele petrecute în pat cu el în cea mai romantică aventură și, în același timp, într-o confirmare a faptului că ea poate controla o situație erotică.

Sexul de adio

Unii cred că sexul este un remediu pentru dificultățile pe care le au în dragoste. Alții sunt convinși că el este un argument suficient de puternic pentru a aduce înapoi persoana iubită. Când despărțirea se apropie de cei care se iubeau, viața lor sexuală se modifică simțitor. Să vedem cum...

Din disperare sau înțelepciune

În miezul relației pe termen lung se află arta compromisiului. Conviețuirea cu cineva cere modificări simțitoare în comportamentul tău, astfel încât să poți comunica și împărtăși cât mai multe persoanei iubite, chiar dacă proveniți din familii foarte diferite. Instinctiv, femeia recurge la mai multe compromisuri atunci când simte că se află într-o dificultate de cuplu. Ea acceptă cu ușurință sacrificii, chiar umilințe pe care nu era dispusă nici măcar să le ia în considerare în urmă cu ceva timp. Foarte adesea, bărbatul cu care această femeie a clădit o relație dorește doar o viață sexuală limitată, dar — încins de dorință — este capabil să declare că o iubește. Devine tot mai insistent, chiar dramatic, moment în care isteria, pe care mulți bărbați o au înglobată în personalitatea lor, răbufnește sub forma unor scene. Aceste scene declanșează la ea mecanisme empaticе și matеrne menite să producă un atașament puternic. La rândul lui, atașamentul este securizant și de aceea devine posibilă capitularea sexuală a femeii. Misterul din jurul ei este dezvăluit, frumusețea de la distanță devine banalitate de aproape. Pe măsură ce trece timpul, el răcește tot mai mult termometrul iubirii lor: tandrețea. Cerându-i să acopere această carență de atașament, ea devine insistentă, nemulțumită, apoi patetică și chiar dizgrațioasă. El devine evitant, găsind pretexte de a petrece tot mai puțin timp cu ea, ceea ce o face să se simtă vinovată. Ea încearcă să-i ofere ce-i place lui cel mai mult: sexul. El ajunge să exprime pe față disprețul pe care-l simte față de ea, ca orice bărbat care se confruntă cu ofensiva din partea femeii. Acesta este momentul instalării disperării

pentru ea. Va face dragoste plângând sau mimând exagerat plăcerea, va acorda multe ore acestei părți a relației lor, va cere acele poziții sau acele tehnici sexuale pe care le refuza până atunci. Plângând mult, respirația ei începe să miroasă greu, din cauza mobilizării unor secreții profunde din faringe, arată tot mai încercănată, slăbește, este neinspirată în gesturi și atitudini, iar toate acestea provoacă repulsie. În acest fel, ea riscă să fie pur și simplu împinsă deoparte de omul pe care îl iubește, iar acest lucru este deosebit de traumatizant pentru o femeie.

Atracția despărțirii

Ceea ce am descris mai sus este drama unei femei care ajunge să iubească un bărbat care n-a făcut altceva decât s-o dorească. Un astfel de bărbat poate fi ținut aproape doar întreținându-i permanent dorința. Există însă și cupluri care nu prea fac dragoste cât sunt împreună, dar care ajung să se dorească intens după ce s-au despărțit. Această situație spune despre cei doi că încă mai trăiesc, fiecare în parte, sub imperiul egocentrismului copilăriei. Ei nu au luat în serios relația pe care au avut-o și nu au intenționat să joace roluri într-un cuplu adult. Asemenea copiilor, nu pot lăsa în mâinile altuia „jucăria” lor, chiar dacă nu sunt atrași în mod deosebit de ea. Despărțirea pare să declanșeze apetitul sexual, dar el nu vine din iubire, ci din posesivitate, așa cum arătam mai sus.

Regretele

Pentru mulți tineri, despărțirea după o iubire vulcanică se produce fără să fi avut loc o relație sexuală. El se desparte de ea pentru că este egoistă și nu s-a culcat cu el. Ea se desparte de el pentru că este egoist și nu voia decât să se culce cu ea. Cu timpul, fiecare dintre cei doi orgolioși simte un oarecare regret, ocazionat mai cu seamă de o reîntâlnire peste ani. El o vede pe ea frumoasă, deschisă multor compromisuri și își spune: „Cum de am fost așa de prost, încât nu i-am cerut în seara aia să se culce cu mine? Ce, ăsta cu care umblă

acum e mai grozav?" Iar ea, văzând că pasiunea lui nu a pălit deloc și e dispus să se poarte la fel de finuț și acum, își spune: „Tot ce regret este că n-am făcut dragoste prima dată cu el..." (v. *Ne despărțim, dar rămânem prieteni*)

Dragostea cu străini

A face dragoste cu un străin este ceva deosebit, dar numai la început. Străin înseamnă cineva de altă cultură, altă rasă, altă naționalitate. Dar nu uita un lucru: străin este și acela provenit din altă familie, cu care începi să ai relații ce presupun intrarea în spațiul intim. Din acest punct de vedere, cei crescuți în mediul rural resimt mult mai acut senzația de om străin, dată fiind delimitarea mai clară a familiilor față de comunitate. Cei de la oraș, supuși anomiei, au o mai mare ușurință în abordarea intimă a unui străin. De ce oare?

Mai aproape de perfecțiune

Aflat la vârsta adolescenței, omul tânăr reasază ierarhia valorilor din viața sa. El devine sigur că ceea ce dobândise de la părinți este imperfect; în schimb, ceea ce este străin are șansa de a fi perfect. Imaginea retușată a străinului apare pe ecrane, în fotografii și mai ales în imaginația celui tânăr. De cealaltă parte, conviețuirea cu membrii familiei conține elemente de repulsie, imagini realiste, situații conflictuale care creează o imagine a imperfecțiunii. Într-o astfel de situație, cum să nu-ți dorești să întâlnești o persoană străină?

Mai periculos

O fi persoana străină aproape de perfecțiune, dezirabilă, dar este și înfricoșătoare. Acest atribut provine din cantitatea mică de informații pe care o ai despre el, mai ales dacă provii din mediul rural. Cineva înfricoșător este cineva necunoscut. Are o figură aparte, vorbele sale sunt bizare, gesturile îi sunt imprevizibile, miroase altfel, nu știi cum arată locul din care provine și ce vrea cu adevărat. Dar bariera

cel mai dificil de depășit este faptul că nu-i cunoști limba. De aceea, relația voastră se va reduce la ceea ce puteți face împreună și mai puțin la ceea ce spuneți. Aceasta este, poate, una dintre explicațiile faptului că fetele sunt mai atrase de bărbați străini decât de cei din cultura lor: străinii sunt puși mai mult pe fapte și mai puțin pe vorbe. Or, e deja cunoscut faptul că un important atribut al masculinității este capacitatea de a produce evenimente, cărora femeia le acordă semnificații simbolice.

Zvonuri

Se spune despre arabi că sunt curați, că adoră și asupresc femeia în același timp. Despre japonezi se spune că sunt naivi și zâmbesc la orice, dar că au pretenții calitative exagerate. Suedezele sunt considerate nesătule, lipsite de scrupule. Pe negri mai toți îi consideră ca fiind bine dotați, capabili de mișcări aparte. Rusoaicele sunt văzute ca fiind încuiate, dar foarte iubitoare după ce sunt cucerite. Italienii sunt considerați frumoși, dar nestatornici și chiar infantili. Se zice despre evrei că nu se gândesc decât la mamă, chiar și când fac sex. Iar despre unguroaice se spune că, dacă au pus ochii pe tine, nu mai scapi. Toate acestea nu sunt decât zvonuri. Cineva care a avut o relație cu un străin crede că toți cei din neamul lui sunt la fel. Ți-ar conveni să se spună despre tine că, român fiind, ești lipsit de hotărâre în pat?

Familiarizare sau înstrăinare?

Poate că nu e cazul să generalizăm la nivelul unui întreg popor caracteristicile erotice găsite la un singur reprezentant al acestuia. Unul dintre lucrurile interesante pe care le observă aceia care conviețuiesc cu un străin este că „e om și el...” Prin petrecerea timpului intim cu o astfel de persoană, îi ies la iveală defectele, detaliile mai puțin favorabile, iar calitățile provenite din părerea despre poporul său devin îndoielnice. Îți dai seama că nu e mare scofală faptul că el e italian sau ea e suedeză și te cuprinde un fel de nostalgie după ai tăi.

Dar poate a venit momentul să luăm în considerație și varianta inversă: înstrăinarea celui care ți-e familiar. Conviețuind cu cineva cunoscut din copilărie, ajungi să simți nevoia să cunoști o nouă persoană, mai ales dacă ești băiat. Poate că cel mai bun lucru care ți se poate întâmpla într-o astfel de situație este să descoperi o latură necunoscută a partenerei tale. Iar dacă ești fată, cel mai bun lucru ar fi dacă partenerul tău ar începe să te surprindă cu fapte pe care doar un străin le-ar fi putut concepe.

Ce rost are?

Având la bază un instinct, sexualitatea unui străin pare să nu fie diferită de sexualitatea celor care ne sunt familiari. Dacă luăm însă în calcul faptul că o persoană tânără nu caută în sexualitate atât sexul, cât cunoașterea, atunci vom recunoaște că partea bazată pe comunicare a unei relații este mult mai importantă decât cea care privește plăcerea. Mai mult decât atât, în discuția cu un străin, orice om va acorda prioritate satisfacțiilor dobândite prin comunicare. Din păcate, și în acest domeniu funcționează concepția dublului standard, care permite oamenilor să considere că o anumită atitudine e pozitivă atunci când e adoptată de un bărbat și negativă atunci când e adoptată de o femeie. Bunăoară, conform mentalității conservatoare, dacă un bărbat are o relație cu o femeie străină, este considerat un partener capabil; în schimb, dacă o femeie își găsește un partener străin, este privită ca o depravată.

În esența gestului de a alege un partener străin se află mai multe aspecte. Pe de o parte, din punct de vedere genetic, este importantă evitarea consangvinității, adică a împreunării indivizilor „de același sânge”. Atunci când sunt practicate căsătoriile între membrii unei comunități închise, frecvența bolilor genetice ale copiilor este mult mai mare. Pe de altă parte, identitatea culturală este parte importantă a identității individului, care are nevoie să poată spune despre sine și ai săi că aparțin unui neam anume. Tot la țară (dacă tot vorbim despre impactul înstrăinării în mediul rural), se

consideră că, dacă doi tineri din medii sociale diferite se căsătoresc, ei vor avea mari dificultăți de cuplu mai târziu. Într-un fel, o astfel de convingere este susținută și de multitudinea de cazuri pe care le-am avut de-a lungul anilor din rândul bărbaților care se simțeau inferiori din punct de vedere social față de partenerele lor.

La marginea patului

Când ești întrebat ca psihiatru ce ar trebui să facă cineva pentru a-și îmbunătăți relațiile erotice, riști să răspunzi ca mulți alții: să comunice mai bine cu partenerul. Da, dar cum? Eu am observat că poate fi foarte dăunător cuplului să vorbești despre sex când nu trebuie, chiar dacă ai dreptate în tot ce spui.

Claudia este o cântăreață foarte talentată. Îi place să râdă cu prietenii și mai ales cu prietenele ori de câte ori ies împreună în oraș, ba chiar nu a fost văzută niciodată plângând... De aproape șapte ani are un prieten, Mark, cu care ba este, ba nu este. Când sunt împreună, îi place să-l considere bărbatul ei și de multe ori joacă rolul nevestei umile: îi gătește, îl îngrijește, tace din gură atunci când iese în public cu el. Certurile lor sunt interminabile, mai ales atunci când iese la suprafață gelozia lui Mark, și aproape de fiecare dată aceste certuri se termină printr-o despărțire temporară. De împăcat, se împacă atunci când el o caută, iar ea intră din nou în rolul nevestei umile. Primește o pedeapsă simbolică de la el, fac dragoste fierbinte, apoi sunt văzuți din nou în public, fericiți. Partidele lor de sex sunt pline de detalii tehnice și, din discuțiile purtate cu ea, reiese că nu prea are parte de plăcere, dar el este pe deplin satisfăcut. Într-una dintre ședințele noastre discutăm aspectul satisfacțiilor lui Mark.

— Când se poartă Mark mai frumos cu tine: înainte sau după ce ați făcut dragoste?

— Stați să mă gândesc... Ar fi normal să se poarte frumos înainte, ca orice bărbat care încă nu a primit ce-și dorește, dar el este foarte tandru cu mine după ce am făcut-o, chiar dacă eu nu mă simt excelent...

— Are vreo importanță asta?

— Pentru mine nu, dar pentru el... Chiar, de ce se bucură el așa de tare după? Cred că se gândește la ceva; îi place ideea că a făcut sex. Cred că-i place mult. D'aia se întoarce la mine de fiecare dată, că-i place mult?

— Cred că ai dreptate; îi place mult ideea că a făcut sex.

— Asta înseamnă că în pat cu altele nu se simte la fel de bine? Ar trebui să mă bucur!

— Din câte mi-ai spus, e fericit să iasă cu tine când îi ești supusă...

— ... și e fericit să facă sex cu mine. Se dă mare, că mă cunoaște lumea și el e acela care mă are. Nu-i merge cu alte femei, dar îi merge cu mine. Mark stă cu mine pentru că nu poate fi cu alte femei...

Egoism și iubire

Judecând după criterii morale, ai zice că iubirea e o formă altruistă de relaționare, iar sexul e o formă de erotism bazată pe egoism. Din simplul fapt că celălalt are o personalitate net diferită de a ta, părând că se îngrijește de sine și de părerile sale, că își caută plăcerea atunci când se află cu tine, sau promovează interesele cercului său de cunoscuți, ai putea să crezi că în iubirea voastră ar putea să-și facă locul și o doză mare de egoism.

Egoismul e natural

Cât timp e foarte mic, copilul are gândirea dominată de animism, sincretism și egocentrism. Gândirea animistă însușește obiectele ca și cum ele ar avea voință proprie. Ba chiar, copilul face uz de personificare, atribuind obiectelor sau animalelor trăsături umane, cum ar fi capacitatea de a purta o discuție. Gândirea sincretică, primitivă în esența ei, constă într-un amestec de elemente afective, raționale și de comunicare, care dă impresia de dezorganizare și instabilitate. La rândul ei, gândirea egocentrică pornește de la pro-

priul punct de vedere în majoritatea raționamentelor. Copilul consideră că el este lumea și restul elementelor din jur sunt părți supuse voinței sale. Există o diferență între egocentrism și egoism. Dacă egocentrismul este un mod de a gândi care situează eul propriu în centrul lumii, egoismul este mai degrabă caracteristica unui comportament bazat pe valorizarea excesivă a propriei persoane. Astfel, apar iubirea de sine, preocuparea pentru propria dezvoltare, activarea instinctului de asimilare și a celui de conservare, elemente importante pentru o bună impresie despre sine și pentru trăirea unei vieți optime din punct de vedere psihologic. Va să zică, egoismul e natural.

În schimb, lipsa egoismului se învață. Prima dată, se învață ca formă de satisfacere a unei persoane atât de apropiate, încât pare să fie parte din tine. E vorba, bineînțeles, de mamă. Ea este considerată de copilul mic drept parte a sa și pentru satisfacția ei copilul este în stare să amâne unele plăceri intrate în obișnuință, cum ar fi aceea de a face pe el. Gestul de a-i învăța pe copii să nu fie egoiști are rațiuni sociale. Deoarece specia noastră este prin excelență una bazată pe o conviețuire de tip social, de multe ori e important ca individul să renunțe la interese personale de dragul unor interese colective.

De ce este iubirea altruistă?

Oameni care în condiții „normale” nu se gândesc decât la propriile interese se pot arăta profund schimbați când sunt îndrăgostiți. Devin generoși, capabili de sacrificii, tandri, răbdători, iar valorile lor se schimbă radical, ieșind din sfera proprie către cea a persoanei iubite. O imensă renunțare de sine se instalează la putere și nu e de mirare că cel care iubeste se comportă ca și cum ar avea o formă de depresie (v. *Nebun de iubire*, vol. I). În latura ei cea mai „practică”, iubirea te poate face mai bun, căci ea este adesea un ritual de inițiere în conviețuirea cu celălalt. Poate de aceea iubirea este însoțită de altruism: căci e nevoie de multă toleranță și înțelegere pentru a-l accepta pe altul în intimitatea ta, lucru caracteristic pentru speciile structurate social.

„Când l-am văzut, părea încrezut”

Mai toate fetele spun asta relatând prima întâlnire cu un băiat. Ba chiar și unii băieți se simt îndreptățiți să mărturisească această primă impresie despre fata iubită. Una dintre cele mai vechi atitudini erotice este aceea de a pretinde că ignori un partener care te dorește, pentru a vedea care sunt limitele dorinței sale. La aceasta se adaugă și lupta interioară pe care fiecare adolescent o duce pentru a alege între egocentrismul specific copilăriei și atracția irezistibilă către posibilul partener. Din această luptă rezultă o formă de comportament erotic inconstant: tânărul ba arată că-i place persoana de lângă el, ba se face că nu-i pasă de ea. În ceea ce privește comunicarea, aceasta este la rândul ei plină de contradicții între limbajul verbal și cel non-verbal. Cu alte cuvinte, atunci când ți se pare că cineva te place și totuși îți spune că nu-i pasă de tine, ai face bine să acorzi atenție impresiei tale și nu cuvintelor celuilalt.

Plăcerea are nevoie de egoism

Există tulburări de dinamică sexuală care au la origine incapacitatea unuia dintre parteneri de a simți plăcerea (*ahedonie*). În terapia pe care medicul o aplică unui astfel de pacient este inclusă și reconstituirea formei primare de egoism pe care se bazează psihicul unei persoane, pentru ca aceasta să regăsească plăcerea în relațiile sexuale. Va să zică, egoismul este important pentru capacitatea de a simți plăcerea sexuală. După cum ați putut citi în volumul întâi (v. *Cu plăcere*), una e plăcerea și alta e satisfacția. Plăcerea e receptată numai prin raportare la propriul corp. În schimb, satisfacția este integrarea superioară a plăcerii tale sau chiar a celuilalt. De aceea, putem spune că dragostea este aducătoare de satisfacții când este împlinită prin intimitatea fizică, iar sexul este aducător de plăceri.

Egoismul băieților

Fetele afirmă adesea despre partenerii lor că sunt egoiști. Există mai multe atitudini ale acestora care justifică într-un

fel acest calificativ. Băieții par mai impasibili la mesajele afective trimise de cei din jur. Ei sunt mai interesați de plăceri precum cele rezultate din mâncare, băutură, jocuri, comoditate etc. și tot ei sunt aceia care fac dragoste fără să se gândească prea mult la plăcerea partenerei, întorcându-se după aceea cu spatele. Egoism curat... Care să fie explicația acestor atitudini?

Din punct de vedere biologic, masculul oricărei specii de mamifere este acela care caută să-și conserve energia și să-și promoveze materialul genetic; de aceea, el este dispus să intre în competiție cu alți masculi, iar când este sigur de femela lui să se implice cât mai puțin în evenimentele din jur. De aici putem deduce că, pentru ca un mascul din specia noastră să renunțe la egoismul său, este necesar să plutească la orizont o potențială confruntare cu alți masculi...

Motivul sexual

Ipostazele de viață în spatele cărora se ascunde sexul sunt numeroase. În spatele complimentelor, al ironiei, al prieteniei și chiar al iubirii declarate, sexul este acela care conferă energie și motivație, dând ocazie unui comportament înșelător din partea celorlalți.

Motiv de iubire

E destul de evident că, atunci când dorește cu ardoare o fată, un băiat e în stare să se jure că o iubește. După cum se vede, lucrurile pot sta invers decât în mod obișnuit, evidențiind încă o diferență între fete și băieți: în loc să arate că iubirea este la originea sexului, băiatul arată că sexul este la originea iubirii. Care sunt semnele pe baza cărora poți spune că un băiat mai mult te dorește decât te iubește?

În primul rând, îți face complimente privitoare mai mult la frumusețea ta și mai puțin la faptele tale. În al doilea rând, își schimbă radical comportamentul atunci când ajunge să te atingă: devine nerăbdător, chiar furios dacă e refuzat și

e în stare să promită marea cu sarea pentru a merge mai departe. În al treilea rând, el concepe să facă sacrificii doar la schimb, adică punând condiția ca și tu să faci ceva pentru el... Cel mai interesant e faptul că, pe parcursul dezvoltării relației, însăși fata este aceea care ajunge să considere ardoarea cu care o dorește partenerul drept o dovadă incontestabilă de iubire.

Motiv de despărțire

Sunt destul de mulți aceia care, atunci când află că doi s-au despărțit, explică totul prin expresia „nepotrivire de caracter”. Pentru informarea ta, caracterul este o componentă care, alături de temperament, alcătuiește personalitatea unui om. Spre deosebire de temperament, care este înăscut, caracterul se formează pe parcursul dezvoltării unui individ și poate fi ușor influențat prin educație. Este de așteptat ca, atunci când două persoane alcătuiesc un cuplu, să manifeste nepotriviri de caracter, din moment ce provin din medii diferite. Dar astfel de diferențe pot fi eliminate pe măsură ce cuplul se consolidează. Mai greu e cu nepotrivirile de temperament... Dar expresia „nepotrivire de caracter” a mers atât de departe de înțelesul corect, încât pentru mulți ea exprimă o nepotrivire din punct de vedere sexual între cei doi. Ce înseamnă să nu te potrivești din punct de vedere sexual cu cineva?

Nu înseamnă decât că ești dispus să invoci motive sexuale pentru conflictele cu partenerul. Tehnic vorbind, oricine ar putea face sex cu oricine, pentru că sexul oricărui bărbat se potrivește cu sexul oricărei femei. Psihologic vorbind, puțini oameni se potrivesc precum cheia în broască încă de la început și fără eforturi. Cea mai mare dificultate pusă pe seama sexului provine din domeniul confirmării așteptărilor. Adică, fiecare dintre cei doi crede că partenerul trebuie să vină în cuplu într-o formă perfectă, iar dacă nu este așa înseamnă că nu se potrivesc. În realitate, cele mai valoroase compatibilități între doi parteneri sunt acelea pe care le dobândesc influențându-se unul pe altul; de asemenea,

tot ele sunt acelea care îi vor face pe cei doi să le fie dor unul de altul.

Motiv de complimente

Naivitatea multor fete este fondul pe care se dezvoltă unele dintre cele mai insinuante comportamente ale bărbaților cu experiență. Când un băiat primește complimente insistente de la o femeie cu experiență sexuală, el intră mult mai ușor la bănuieli în privința intențiilor erotice ale acelei femei decât ar putea s-o facă o fată în prezența unui bărbat insistent. Și asta pentru că, de multe ori, receptivitatea la complimente a fetei este o prelungire a dorinței ei de copil de a primi mesaje pozitive de la tată. Cu cât figura tatălui, a bunicului sau a unchiului a fost mai puternică în copilăria acelei fete, cu atât mai nerealistă este ea în aprecierea complimentelor insistente primite de la bărbați. Dorința de a regăsi afecțiunea acelui bărbat care oferea fără să ceară sex o duce pe naiva de fată la pieptul unui bărbat care joacă la început rolul de protector. După cum spuneam mai sus, complimentul tipic pentru intențiile sexuale este acela care se referă la felul în care arăți și nu la calitatea faptelor tale.

Sexul din spatele prieteniei

Nu degeaba spui că „ai un prieten“ atunci când ai un iubit. Fie că ești heterosexual, fie că ești homosexual ca identitate sexuală, a avea un prieten înseamnă de multe ori a avea un partener sexual latent. Unii tineri îmi spun: „Eu am o prietenă, o amică — înțelegeți ce vreau să spun —, dar o consider un fel de soră; nu m-aș putea atinge niciodată de ea.“ O astfel de prietenie apare atunci când între cei doi apucă să se manifeste elemente ale fraternității înaintea elementelor de erotism. De exemplu, se instalează o oarecare repulsie, sunt făcute confidențe pe subiecte existențiale, sunt scoase la iveală și acceptate defectele celuilalt. În schimb, dacă prietenia conduce la erotism, aceasta este o dovadă că a fost vorba de la început de erotism. Cu alte cuvinte, deși nu conștientizai pe deplin, erai atras erotic de amica ta, chiar dacă nici-

odată nu ai putut realiza acest lucru. Mai mult, la începuturile prieteniei voastre, un psiholog ar fi putut observa că vă străduiați să negați atracția care ar putea apărea între voi. Pe lângă o astfel de relație subconștientă aflată între prietenie și erotism, mai există și numeroase situații în care prietenul tău a știut de la bun început că te dorește sau chiar te iubește, dar a acceptat să joace rolul de prieten doar pentru a fi în preajma ta. Un semn al faptului că în spatele prietenului tău se ascunde un iubit este faptul că de cele mai multe ori te ajută fără să i-o ceri. Un alt semn este gelozia clară, manifestată în situații în care un prieten nu s-ar manifesta astfel.

Motiv de ironie

După cum am spus în repetate rânduri, în faza inițială de cunoaștere erotică a partenerului se poate manifesta de multe ori un fel de agresivitate, exprimată prin ironie și îndreptată tocmai către persoana iubită (v. *Joc și hârjoneală*, vol. I). Acesta este semnalul care ar trebui să-ți spună că persoana care te ironizează, chiar te jignește uneori, de fapt te dorește. De multe ori, această persoană este o fată care se face prezentă ca din întâmplare în calea ta, dar nu ratează nici o ocazie să te critice, să te ridiculizeze în fața altor fete, a altor băieți sau chiar a părinților tăi. Alteori, această persoană este un profesor, un coleg mai îndrăzneț sau chiar un necunoscut care preferă să te insulte decât să te curteze. Unii bărbați fac acest lucru pentru că nu-și pot permite să se manifeste deschis făcându-ți curte; alții se poartă atât de dur cu tine știind că astfel îți vor copleși mintea cu amintirea lor, urmând ca mai târziu să te copleșească cu tandrețuri...

Cel care ar fi putut să fie

Dacă ești fată, ți se tot vorbește despre sex ca despre un act necugetat, a cărui împlinire te face să-ți pară rău mai devreme sau mai târziu. Dar eu am întâlnit destul de multe fete

căroră le pare rău că n-au făcut dragoste cu o anumită persoană, deși acum consideră că merita „s-o facă”. În ceea ce-i privește pe băieți, părerile de rău cu privire la ratarea unei fete sau a alteia sunt la ordinea zilei. Dar să găsim împreună explicații și remedii pentru aceste stări de lucruri...

Mintea de pe urmă a unui băiat

Foarte multor băieți le pare rău că nu s-au culcat cu o fată, deși ar fi putut, iar tu ești probabil unul dintre ei. Acest lucru se întâmplă pentru că, în numeroase situații care te aduc în preajma unei fete, nu instinctul sexual primează, ci mai degrabă cel de apărare. Starea aceasta de lucruri își găsește explicația tot în teoria așteptărilor. Ai petrecut probabil mult timp închipuindu-ți situații erotice dintre cele mai complexe, iar fata pe care o aștepti a căpătat dimensiuni considerabile în mintea ta. Totodată, căutând cât mai multe detalii, ai îngustat domeniul evenimentelor pe care le-ai putea trăi împreună cu ea, și când un altfel de eveniment a prins viață, tot ce ai putut face a fost să te aperi.

„Nu m-am prins că și ea vroia...”

Ba, mai rău decât atât, pe lângă faptul că nu ai profitat de o anumită situație, abia peste ani ai aflat că și ea și-ar fi dorit atunci să facă dragoste cu tine. Ce-ar fi fost mai bine să faci? Pentru a afla răspunsul la această întrebare, am să-ți fac o dezvăluire: printre pacienții mei tineri se numără atât băieți care au ratat ocazia, cât și fete „ratate” de ei. Astfel, am poziția privilegiată de a auzi ceea ce un băiat ar da orice să audă: ce crede fata respectivă despre el și care au fost momentele în care și ea l-a dorit pe el. Fraza pe care acea fată mi-o spune cel mai frecvent este:

„Mi-ar fi plăcut să insiste”

Într-adevăr, sunt multe fete căroră le place ca o persoană plăcută să insiste. Dar tot multe sunt și fetele căroră le place ca o persoană neplăcută să nu insiste. Va să zică, totul con-

stă în a te face o persoană plăcută. Atenție: am zis persoană plăcută, nu neapărat dorită! Asta înseamnă că există unele elemente ale prezenței tale care pot face din tine o persoană plăcută, chiar dacă nu ești persoana mult așteptată. Iată câteva reguli, pe care le-am menționat și în primul volum al acestei cărți (v. *Senzualitate masculină și Cum să fii aleasă*) și care fac din tine o persoană plăcută:

- să fii curat;
- să miroși bine;
- să porți haine care necesită îngrijire zilnică;
- să vorbești echilibrat despre ceea ce vezi la ea;
- să fii imprevizibil.

După cum vezi, de-abia după ce ai devenit o persoană agreabilă poți deveni o persoană insistentă. Și încă un mic sfat: pune tot ce-ți iese bine, precum și ce nu-ți iese, pe seama întâmplării, a norocului, a destinului, știind că mai devreme sau mai târziu bărbatul din tine va putea controla întâmplările, norocul, destinul în preajma unei femei...

Dar dacă ești fată, ce poți face ca băiatul dorit și tăntălău din fața ta să insiste ceva mai mult? În primul rând, să-i dai satisfacții copilărești. O satisfacție copilărească este să te arăți atât de impresionată de ceea ce a făcut, astfel încât el să vrea să repete acel lucru. Dau acest sfat cu toată responsabilitatea, știind că băieții sunt cu mult mai infantili din punct de vedere afectiv decât fetele. E important să nu faci acea greșală răspândită în rândul fetelor curtate, și anume să ridici ștacheta pe măsură ce el se străduiește să te cucerească.

Și dacă mă refuză?

Ei bine, aici ne întâlnim cu una dintre problemele: capacitatea de a te confrunta cu eșecul. Eu înțeleg de ce mintea ta nu acceptă să fii refuzat de o fată: pentru că acest lucru te descalifică din rolul de bărbat, lucrul cel mai grav la vârsta ta. Dar va trebui să dobândești arta de a face evenimentele reversibile, căci pe ea se bazează capacitatea unui bărbat de a controla pe deplin relațiile sale cu femeile. Dacă, de exem-

plu, o fată te refuză folosind cuvintele: „Niciodată n-o să fiu a ta”, tu trebuie să faci în așa fel, încât să rezulte că, deși nu o ai deocamdată, nu se știe ce se va întâmpla și când...

„Dacă-mi va părea rău?”

Ca fată, te simți obligată să-l refuzi cu toată forța pe primul potențial partener din viața ta (v. *În pat, fără sex*). Ai în spatele tău autoritatea părinților, frica de necunoscut, orgoliul de a nu ceda din prima și multe altele. De-abia mai târziu observi că ceilalți băieți cu care ai avut de-a face nu erau nici pe departe atât de răbdători, iubitori sau romantici pe cât era primul tău prieten. Este de înțeles că, după toți acești ani, îți va părea rău că nu te-ai culcat cu acel minunat băiat. Între noi fie vorba, în acest caz se manifestă o importantă componentă subiectivă, care poate fi explicată din punct de vedere psihologic cam așa: confruntarea cu primul prieten este atât de intensă, încât produce nu numai un atașament, ci chiar și o senzație de apartenență la acel bărbat (senzația că el este stabil, îți este dat și te-ai putea întoarce la el). Ce poți face încă din perioada de început, astfel încât să fii sigură că nu-ți va părea rău dacă-l refuzi? Nu știi...

Cuvintele în sex

Toată lumea știe că „la început a fost Cuvântul”. El stă la începutul vieții psihice a copilului, la începutul întâlnirii dintre doi oameni, cu el începe o idee, cu el începe un conflict... În sexualitate, cuvintele își fac loc greu, căci sunt insuficiente și stângace. Dar puterea lor erotică nu trebuie neglijată, căci ele pot evoca cele mai plăcute imagini sau senzații.

Din teoria cuvintelor

Cuvântul este acela care contribuie în mod esențial la conturarea imaginii despre lume. În timp ce cuvântul este o unitate lingvistică, noțiunea este un ansamblu de cunoștințe despre ceva ce poate fi delimitat. O noțiune poate fi ana-

lizată printr-o sumedenie de cuvinte sau sintetizată într-un singur cuvânt, ceea ce e de mare ajutor gândirii. De exemplu, cuvântul „scaun” evocă noțiunea de scaun, care desemnează un obiect de mobilier cu patru picioare, pe care te poți așeza pentru a găsi o poziție mai comodă. Astfel, se poate spune despre cuvinte că au două funcții: funcția denotativă, aceea de a denumi ceva, și funcția conotativă, aceea de a căpăta diverse înțelesuri în funcție de context (de exemplu, pentru un medic, scaun mai înseamnă și excremente solide). De multe ori, înțelesul unui cuvânt e modificat profund prin prozodie, adică prin muzicalitatea pronunțării lui. Prin capacitatea lor de a exprima noțiuni, cuvintele poartă gândirea dinspre concret spre abstract, pe scala genurilor proxime. De exemplu, Maria este o prietenă, care este o studentă, care este o fată, care este un om, care este o ființă, care este o entitate.

Transpunerea iubirii în cuvinte

Dar cuvintele nu sunt folosite doar pentru a elabora raționamente sau pentru a transfera informații, ci și pentru a exprima emoții. Atunci când cineva simte o emoție puternică, vorbirea este prima acțiune care se impune. De exemplu, dacă scapi o vază pe jos, imediat îți vine să spui: „La naiba!” Afectivitatea este domeniul în care folosim cel mai des fraza: „Nu pot descrie prin cuvinte.” După ce cuvintele au servit mii de ani dezvoltării relațiilor dintre oameni, bariera lingvistică a devenit în ziua de azi una dintre cele mai serioase surse de conflict, tocmai prin funcția conotativă despre care vorbeam mai sus. Atât iubirea, cât și dorința sexuală au profunzimi atât de mari, încât cuvintele sunt nu numai insuficiente, ci și contraindicate pentru a le exprima. Și atunci ce-i de făcut?

Exprimarea simbolică

De mii de ani, oamenii insistă în a oferi flori persoanei iubite. De multe ori, acest gest este însoțit de fraza: „Ele îți vor spune ceea ce eu nu pot să-ți spun.” Gesturile pe care oamenii

le pot interpreta sunt atât de numeroase, încât au apărut două științe separate care se ocupă de înțelesurile, simbolurile și semnele din viața noastră: semantica și semiotica. Am menționat mai sus gestul de a oferi o floare; în general, gestul de a oferi ceva unei persoane pe care o prețuiești este o ră-mășiță a ofrandei practicate în timpurile vechi. Gestul de a oferi este în strânsă legătură cu cel de a sacrifica, adică de a renunța la ceva prețios pentru tine. Adesea, atunci când își dă seama că un băiat a renunțat la ceva important de dragul ei, o fată înțelege că acel băiat o iubește cu adevărat.

Mărturisiri către partener

Faptul că iubești pe cineva nu justifică împărtășirea tuturor secretelor tale cu acea persoană. După cum spuneam în „lecția” intitulată *Dragostea cu străini*, înstrăinarea are o importanță deosebită în menținerea atractivității sexuale. Un aspect important, mai ales pentru un băiat, este relatarea trecutului erotic al iubitei sale. Faptul că află cu lux de amănunte cu cine a mai fost și ce a mai făcut partenera lui generează într-un băiat o traumă psihică greu de compensat, mărturisirea devenind o sursă de tulburări sexuale și de cuplu pentru mulți ani de zile. Dacă ești fată, e important ca ceea ce a fost între tine și alt băiat să vă privească doar pe tine și pe el, oricât de mult ar insista actualul prieten să îi povestești.

Confesiuni către prieteni

Nici faptul că ești prieten foarte bun cu cineva nu justifică împărtășirea tuturor secretelor cu acea persoană. Confesiunea este un ritual împlinit în deplină siguranță cu o persoană străină, cu care nu conviețuiești, care nu ți se mărturisește și este investită cu puterea ascultării pozitive (puterea de a asculta fără să judece). Or, relațiile afective dintre tine și prietenul tău, faptul că vă faceți confesiuni reciproce, precum și conviețuirea voastră sunt condiții care cer limitarea a ceea ce vă spuneți la sfera a ceea ce puteți face împreună.

Dar să fiu bine înțeles: prin confesiune nu înțeleg schimbul de idei (care aduce atâta frumusețe prietenilor din lumea întreagă), ci relatarea unor întâmplări sau trăiri a căror împărtășire te face vulnerabil. Iar erotismul este una dintre trăirile care te vulnerabilizează, căci altfel nu ar fi însoțit de pudoare. Mai mult, să-i oferi celui mai bun prieten toate detaliile despre persoana iubită înseamnă să crezi premisa cea mai propice pentru ca acel prieten să asimileze iubirea ta. Așa se explică de ce sunt atât de numeroase cazurile în care cea mai bună prietenă fură iubitul celei care i s-a confesat cu atâtea detalii...

Dragoste și vorbărie

Am tot discutat despre confesiuni. Ar mai fi însă de debătut și alte implicații ale cuvântului în erotism: vorbirea în timp ce faci dragoste și dragostea în timp ce vorbești. Dacă ar corela intensitatea trăirilor erotice cu necesarul de exprimări verbale, oamenii ar trebui să strige cât îi țin plămânii. Dar pentru că situația erotică este însoțită de pudoare, ei se mărginesc să șoptească, urmând ca ceea ce rămâne neexprimat să fie pus în cântec sau în plâns...

Unele persoane active sexual mi-au relatat că se simt mult mai bine dacă vorbesc în timp ce fac dragoste. După cum menționam ceva mai sus, ne folosim de rostirea cuvintelor nu numai ca să ne descărcăm, ci și pentru a avea un impact asupra celuilalt. Totodată, a-ți auzi partenerul cum descrie ceea ce-i faci ar putea să fie un deliciu în plus și o modalitate de a-l cunoaște mai bine din punct de vedere erotic. De multe ori, deși i-ar conveni să știe ce-ți place, partenerul tău nu suportă să te audă vorbind și nici nu dorește să-ți vorbească. Ce poți face? Poți înlocui cuvintele cu alte forme de comunicare, cum ar fi mimica feței, gesturi, exclamații etc.

Atunci când un băiat se întâlnește cu o fată, un cuvânt bine spus este capabil să declanșeze multe emoții erotice. Puterea de sugestie erotică a vocii umane este cel mai bine ilustrată de... sexul prin telefon, științific numit scatologie telefonică. Timbrul vocii persoanei care vorbește, precum și conotațiile

cuvintelor rostite sunt capabile să declanșeze cele mai subtile stări erotice, apropiindu-se de orgasm, mai ales dacă se completează totul prin masturbare. Unii preferă scatologia telefonică pentru că, dacă ar fi într-o situație erotică reală, tocmai partenerul ar fi acela care i-ar împiedica să se desfășoare din punct de vedere sexual.

Orgoliu și umilință

Când un babuin (o maimuță înrudită îndeaproape cu omul) este învins în luptă de un altul, el se așază în poziție de împerechere. Cel care l-a învins are satisfacția de a mima penetrarea cuiva inferior, umilindu-l. În vechime, mulți prizonieri de război erau supuși umilințelor sexuale din partea învingătorilor. Pentru a-și sfida dușmanii, un trib african a sculptat o serie de statui care scoteau limba și își arătau sexul în erecție în direcția acestora. Iată doar câteva situații în care umilirea sexuală a altuia tranșează relația ta cu acea persoană.

Umlința ca inițiere

Ca să poți trece la alt statut și să poți juca un cu totul alt rol decât ai jucat până acum, ai nevoie să treci printr-un ritual de inițiere (v. *Actul de identitate*, vol. I). Un astfel de ritual presupune parcurgerea într-un timp foarte scurt a unor evenimente unice, cu caracter solemn, în timpul cărora o persoană inițiată te supune unor încercări menite să-ți dovedească ție și celorlalți că ai devenit altcineva, un individ superior, ca el. Elementul psihic care trebuie să suporte cele mai profunde schimbări este memoria. Iar ca să ții minte că ești altcineva, trebuie să trăiești cu intensitate un anumit eveniment, care de multe ori s-a dovedit eficient în măsura în care era umilitor.

Cea mai gravă problemă psihologică legată de umilință este repetarea ei. Umlința menită să te inițieze nu se poate repeta. În schimb, umilința menită să elimine concurența ta este repetată. Am menționat această diferență pentru acei

adolescenți care se simt umiliți de persoane adulte pe parcursul unor așa-zise cursuri, pregătiri sau alte procese „educative”.

Castrarea ca umilință

Soldații mai experimentați obișnuiesc să-și supună camarazii începători unor ritualuri de-a dreptul umilitoare. Ei consideră că exercită asupra „pufanilor” un ritual de inițiere, justificându-se prin cuvintele: „Trebuie să învețe și ei ce este armata, că și noi am suportat-o la fel.” În realitate, peste tot unde există concentrări de bărbați, se desfășoară astfel de „ritualuri” de umilire a nou-veniților dintr-o altă rațiune decât inițierea: castrarea simbolică (v. *Ritualuri de castrare*, vol. I).

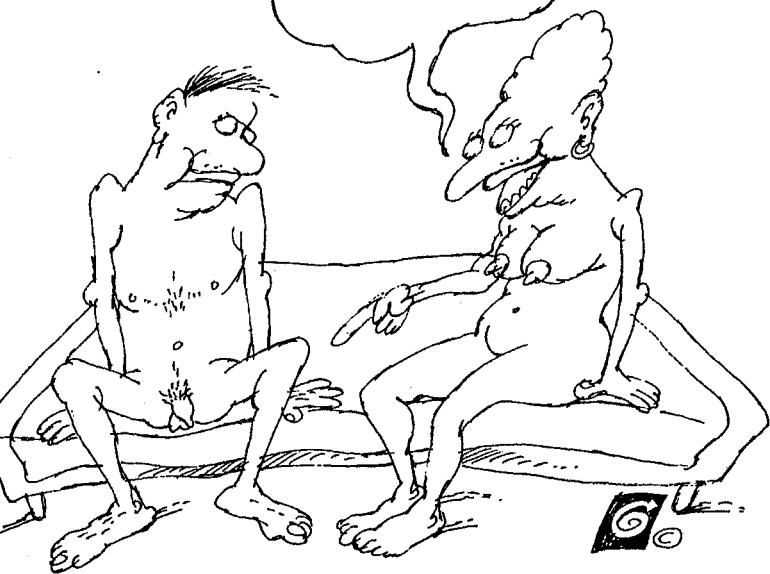
Ea este menită să elimine surplusul de concurenți de același sex, astfel încât să câștige cel mai puternic, în virtutea experienței. Un astfel de comportament este exacerbat de conviețuirea celor de același sex într-o instituție totală (v. *Centura de castitate*, vol. I). În aceste instituții (cazărmi, spitale de boli cronice, închisori) se fac frecvent glume care mimează castrarea, pederastia, violul homosexual. Dar nu numai acolo pot fi întâlnite astfel de tendințe, ci și în tabere, internate sau alte locuri în care persoanele de același sex sunt nevoite să petreacă un anume timp împreună, în lipsa unui număr suficient de parteneri de sex opus.

Cum te umilește o fată

Unele fete se laudă că și-au bătut joc de mulți băieți care s-au îndrăgostit de ele. Pentru o astfel de fată, a avea în preajmă cât mai mulți băieți este o plăcere, dar a avea o relație cu unul anume este imposibil. Din arsenalul umilitor pe care o fată îl poate folosi în detrimentul unui băiat fac parte:

- ridiculizarea de față cu alți băieți, mai ales în privința performanțelor;
- castrarea simbolică, prin expresii precum: „Vai, ce mică o ai!” sau: „N-o să poți niciodată!”
- capriciozitatea extremă, menită să-i ceară partenerului un efort sisific.

SCARA
1:10 ?



Poziții umilitoare

Majoritatea fetelor cu viață sexuală activă, precum și o parte dintre cele care încă n-au făcut sex consideră că poziția „pe la spate” este umilitoare. De unde provine această convingere? Unele spun că se trage din faptul că nu-și pot privi partenerul, altele susțin că arată a poziție animalică (de altfel, ea mai este numită și poziția câinelui). În realitate, este vorba despre o foarte veche reținere față de sexul anal, despre care menționam la începutul acestei „lecții” că simbolizează umilirea rituală a persoanei supuse. Alte fete, aflate la începutul vieții lor sexuale, consideră umilitoare și poziția lor deasupra partenerului, considerând că sunt mult prea expuse privirilor lui. În ceea ce-i privește pe băieți, unii consideră că sunt umilitoare pozițiile în care ei sunt imobilizați de către parteneră. După opinia mea, perceperea unor poziții sexuale ca fiind umilitoare este doar expresia faptului că nu-ți cunoști suficient de bine partenerul și propriul corp.

Reacții la umilință

Din punct de vedere psihologic, umilința este resimțită mai ales de persoanele cu o imagine de sine suficient marcată de egocentrism, având în același timp o incapacitate relativă de a se confrunta cu pierderile. Se simt umiliți prin excelență aceia care ajung să facă ceea ce considerau că nu vor face niciodată. Cu alte cuvinte, limitele ridicate de tine la rang de principiu îți sugerează că ești umilit. Multe umilințe sunt depășite sub forma concesiei sexuale: credeai că nu vei ajunge nicicând să te lași sărutată de el și iată că ai ajuns la asta; credeai că n-ai să faci dragoste înainte de căsătorie și iată că el te-a făcut să vrei asta; credeai că tu nu-i vei oferi nicicând sex oral partenerului tău și iată că tocmai asta faci.

Acele tehnici sexuale care „nu se fac”, cum ar fi sexul oral, sexul anal, sexul în trei etc., sunt considerate umilitoare o dată ce sunt impuse sub o formă sau alta. Momentele cele mai delicate survin atunci când unul dintre parteneri consideră că o anumită tehnică este „normală”, iar celălalt o resimte ca umilitoare. Aici, ca și în cazul curățeniei, trebuie apli-

cat *principiul minimului standard*: așa cum în privința curățeniei cei doi parteneri trebuie să fie mai curați decât cel mai curat dintre ei, în privința umilinței trebuie ținut cont de sentimentele celui mai umilit dintre ei. Acest principiu este important, pentru că exercitarea repetată a umilinței asupra partenerului este o reală piedică în dezvoltarea divergență a cuplului din punct de vedere hedonic: unul va simți din ce în ce mai multă plăcere, iar celălalt va simți din ce în ce mai puțină.

Remediile umilinței

Pentru ca partenera ta să nu se simtă umilită de diversele aspecte erotice ale relației voastre, ea trebuie să învețe să-și depășească limitele. Ea poate fi ajutată să elimine cuvântul „niciodată” din concepțiile sale despre sexualitate, poate fi încurajată să facă cu propria mână ceea ce face de obicei mâna celui alt. O altă tehnică este aceea a gesturilor reciproce „în oglindă”, când ceea ce face un partener, face și celălalt. O dată supusă unei umilințe, o persoană recurge adesea la tăcere sau se manifestă inexplicabil împotriva celui care a umilit-o. O persoană protestează vehement atunci când este supusă unei umilințe dacă are speranța compensării acelei umilințe prin reciprocitate, răzbunare, sau umilind la rândul ei pe altcineva.

Imposibilitatea de a compensa umilința generează o traumă psihică destul de severă, care scade stima de sine, necesitând un ajutor foarte atent. Este cazul fetei de care s-a abuzat sexual cândva, având în prezent un partener care o iubește, dar cu care nu poate face dragoste așa cum și-ar dori. Care este cea mai potrivită atitudine în acest caz? Dacă această fată ar începe o terapie cu un psiholog, el ar încerca să faciliteze o retrăire simbolică a evenimentului traumatizant, astfel încât acesta să fie integrat ca experiență de viață în personalitatea ei. La rândul lui, prietenul ei ar trebui să adopte o poziție total diferită față de cea a bărbatului care i-a produs acel traumatism umilitor. Dar pentru asta el trebuie să cunoască detalii din comportamentul acelui om, iar ele

nu pot fi obținute în siguranță decât de către un profesionist. Ca atare, cel mai indicat este ca fata respectivă să ajungă la un psihoterapeut, care împreună cu partenerul ei să încerce să-i schimbe percepția în privința sexualității.

Când primești o sarcină...

Una dintre rațiunile vieții sexuale este aceea a procreării. Corpul, dar și comportamentul tău sunt făcute special pentru a favoriza apariția unei sarcini dorite, fie că ești băiat, fie că ești fată. Deși oamenii caută cu înfrigurare zonele plăcerii și divertismentul prin sex, se pare că cele mai plăcute ipostaze sexuale sunt tot cele care duc la sarcină. De exemplu, tendința de a face dragoste cât mai des a apărut pentru a crește șansele fecundării ovulelor Ei de către spermatozoizii Lui...

Cum să rămâi gravidă

Se spune că e mai ușor să faci copii decât să-i crești. Într-adevăr, pentru a rămâne însărcinată, trebuie să îndeplinești următoarele condiții minime: să te afli în perioada fertilă a ciclului (de obicei la mijlocul intervalului de 28 de zile dintre două sângerări) și să primești cât mai aproape de intrarea în uter măcar un spermatozoid. La aceste condiții minime se adaugă însă o serie de alte condiții, de care s-a îngrijit natura: un aparat genital dezvoltat, un uter sănătos, ovule produse la timp, spermă cât mai fertilă etc. Pentru a crește probabilitatea de a rămâne însărcinată, unei femei îi este recomandată poziția clasică (pe spate), folosită o dată pe zi, mai multe zile la rând în perioada fertilă, cu un bărbat care a avut o abstenență prelungită. E bine să nu se folosească substanțe acide în interiorul sau la intrarea în vagin, căci acestea ar paraliza și chiar ucide spermatozoizii; dimpotrivă, sunt recomandate băile cu apă, în care s-a pus puțin bicarbonat, căci spermatozoizilor le place mediul ușor alcalin. După ce face dragoste, e bine ca femeia să stea cam jumătate de oră

pe spate, cu partea de jos a corpului ceva mai ridicată, punând o pernă sub bazin. Pentru a afla cât mai exact în ce zi a ciclului au ovulația, femeile care își doresc o sarcină pot măsura temperatura din vagin în fiecare dimineată, în perioada dintre două menstruații. Vor observa că într-o zi temperatura scade cu aproape un grad, apoi crește brusc tot cu un grad și se menține tot așa până la ciclul următor. Ziua anterioară creșterii temperaturii este cea a ovulației, iar la femeile cu cicluri regulate ea este aceeași de fiecare dată. A face dragoste în acea zi este rețeta cea mai sigură pentru a avea un copil.

O poveste de dragoste în tine

Ovulul tău se pregătește îndelung pentru ziua a 14-a a ciclului, când va pleca la „întâlnire cu un necunoscut”. Casa lui părintească, unul dintre ovare, se află la câțiva centimetri de una dintre trompele uterine; ovulul este „exilat” din casă și s-ar pierde prin abdomen dacă trompa n-ar avea niște „degete” cu care să-l prindă dirijându-l spre interiorul ei. El este purtat de mișcările fine ale mucoasei către uter timp de cinci zile, interval în care ar trebui să aibă loc „întâlnirea”. „Partenerul” este unul dintre cele 300 de milioane de spermatozoizi prezenți în vaginul unei femei care tocmai a făcut dragoste. Spermatozoizii sunt activi în corpul femeii cam 48 de ore (unii însă rezistă și zece zile). Călătorind cu trei centimetri pe oră, cam 2 000 dintre acești spermatozoizi ajung în trompă la două ore de la ejaculare, urmând ca un singur spermatozoid să fecundeze ovulul, penetrându-l cu capul lui țuguiat. Va să zică, bietul ovul nici nu ajunge în uter, că se și trezește fecundat; imediat după aceea, el va suferi diviziuni succesive și va călători către partea de sus a uterului, cuibărindu-se acolo. De acum înainte, modificări rapide vor avea loc nu numai în embrion, ci și în corpul viitoarei mame.

Cum să nu rămâi gravidă

Poate tocmai modificările produse de sarcină în corpul tău sau frica de consecințele ei sociale te fac să eviți o astfel

de situație. Sau poate pur și simplu nu ai chef de complicații și de aceea vrei să știi cum se poate evita o sarcină nedorită. Ei bine, pentru a evita sarcinile, trebuie să folosești una dintre piedicile care pot împiedica procesul descris mai sus. Poți face dragoste cu un bărbat care are vasectomie (canalele lui deferente sunt secționate, astfel încât sperma nu mai poate ajunge la exterior), poți folosi pastile anticoncepționale pentru a nu mai avea ovulații, poți face dragoste evitând ejacularea în vagin, poți folosi un prezervativ masculin sau unul feminin, ambele reținând sperma în interiorul lor, poți folosi anticoncepționale locale care conțin o substanță acidă ce distruge spermatozoizii, poți pune la intrarea în uter un „căpăcel” care oprește pătrunderea spermei, sau un burețel cu substanțe spermicide, îți poți implanta în uter un sterilet care împiedică nidarea (cuibărirea) ovulului fecundat, poți chiar să faci o operație de secționare a trompelor uterine prin care ar trebui să călătorească ovulul la „întâlnire”, sau poți, pur și simplu, să faci dragoste cu mult în afara perioadei fertile. Fiecare dintre aceste metode are eficiența, riscurile și detaliile ei, pe care le poți afla de la un cabinet de planificare familială.

Sex și încredere

Așa cum dragostea este oarbă, și încrederea poate fi oarbă. Ia-ți prietenul de braț, închide ochii și încearcă să mergi astfel pe stradă măcar vreme de un minut. Vei vedea cât de greu e... Dobândirea imediată a încrederii în persoana pe care o iubești arată cât de ușor îl poate domina instinctul sexual pe cel de conservare. Și, pentru ca lucrurile să fie și mai complicate, trebuie spus că și instinctul de asimilare prin cunoaștere este superior celui de conservare. Prin urmare, cel puțin două laturi instinctive ale ființei tale îți spun la această vârstă să lași deoparte teama și să te încrezi în persoana iubită...

Încrederea se definește în timp

În viziunea lui Erikson, primul stadiu de dezvoltare psihologică a omului este cel de dobândire a încrederii, desfășurat

în primul an de viață (v. *Stadiile lui Erikson*, vol. I). E vorba de o încredere primară în tot ceea ce este, manifestată sub forma unei dependențe necondiționate. Pe măsură ce în psihicul copilului se dezvoltă conștiința de sine, cresc șansele de a conștientiza faptul că în unele persoane are încredere, iar în altele nu. Copiii par naivi tocmai pentru că li se poate câștiga încrederea cu lucruri considerate de adulți ieftine (o minciună, o ciocolată). Fiind ființe sociale, oamenii au nevoie să acorde și să aibă parte de încredere. Când cineva are încredere în tine, te confirmă ca individ cu influență socială. Această nevoie subtilă face parte din aceeași categorie cu nevoia de a ți se ține minte numele, de a putea convinge sau chiar hipnotiza alți oameni.

Încredere și atașament

Pe măsură ce relațiile intrafamiliale se consolidează pe criterii afective, se produce un atașament care aduce după sine o încredere secundară față de cei cu care conviețuiești, împărtășindu-le multe. Aceasta este încrederea în persoana care este „cineva” pentru tine („Am încredere în ea pentru că este mama mea”) și față de care ai dezvoltat nu numai un atașament, ci și o apartenență. Urmează dobândirea încrederii în cineva care a făcut ceva pentru a ți-o câștiga (de exemplu, ți-a făcut o confesiune și astfel ți-a devenit prieten).

Încredere în străini

Dobândirea încrederii într-un străin este un proces prin care cineva sistematizează anumite trăsături ale cuiva ca fiind securizante. Dar nu numai faptele, ci și un anumit tip de figură, un anumit ritm al mișcărilor, o oarecare siguranță de sine sunt elemente care te pot face să simți o încredere necondiționată față de o persoană căreia de fapt nu-i pasă de tine. Acest lucru se întâmplă pentru că acea persoană îți amintește de cineva din familie, față de care ai o încredere primară. Așa cum am menționat la „lecția” despre discursul persuasiv (v. *Cu părinții pe cap*), persoana de încredere este

profesionistă, convingătoare prin gesturi și atitudini, curată din punct de vedere etic.

Cum se dobândește încrederea

Dacă ești străin față de cineva, îi poți câștiga încrederea pe două căi: prin îndepărtarea unor pericole evidente și prin anularea capacității de a resimți teama. În privința dobândirii încrederii prin îndepărtarea pericolelor, legendele sunt pline de povestiri relatând legătura durabilă ce s-a stabilit între un leu și un viteaz care i-a scos un ghimpe din labă. Și în realitate, un pacient capătă încredere mai mare într-un medic care i-a făcut o operație reușită decât într-un sudor care i-a acoperit balconul.

În privința anulării capacității de a simți teama, aceasta se realizează de obicei prin sugestie, folosind cuvinte sau gesturi imperative. Există o parte rațională și una afectivă a fricii. Tot așa, încrederea are o componentă rațională și una emoțională, aceasta din urmă conturând atașamentul față de persoana care-ți inspiră încredere. Partea rațională este folosită în elaborarea unei explicații pentru faptul că ai încredere în cineva. Partea afectivă iese la iveală atunci când persoana traumatizată constată că, deși ar trebui să se teamă, nu resimte teamă. Cu toate că încrederea unei femei într-un bărbat se bazează pe fapte și mai puțin pe cuvinte, sunt femei care capătă încredere oarbă într-un bărbat în doar câteva secunde, fiind fascinate de figura lui sau de o simplă expresie imperativă rostită de el.

„Nu mai am încredere în nimeni!”

Uneori e uimitor cât de puțin îi trebuie unei persoane ca să-și piardă încrederea în ceilalți. Acea persoană obișnuiește să spună: „Am oferit totul și am fost trădată.” De fapt, e vorba de pierderea încrederii în persoana reprezentativă pentru sexul opus: „Nu mai am încredere în bărbați” sau „Nu mai am încredere în femei”. Lipsa de încredere este exprimată tocmai în prezența celui care se poartă mai afectuos, mai atent, mai demn de încredere. Acest comportament este o

rămășiță a ceea ce face un copil atunci când este persecutat de un străin: se răzbună pe mama lui. Într-o astfel de situație, nu trebuie să faci o dramă din afirmația generalizatoare și nici s-o transformi într-o piedică permanentă a relației cu acea persoană. Pur și simplu, trebuie s-o antrenezi într-un șir de evenimente care să vorbească în locul tău.

Abuz de încredere

Cui îi aparține încrederea? Celui care o inspiră sau persoanei care o resimte? Dacă judecăm după criteriile sugestiei și hipnozei, încrederea este mai degrabă capacitatea persoanei care se simte încrezătoare și nu a persoanei în care ea are încredere. Când ai încredere în cineva pe motiv că „este pentru tine” și nu pentru că a făcut ceva pentru tine, ai tendința de a te întoarce la acea persoană chiar dacă te dezamăgește, ca un copil care, bătut de mama sa, tot la ea în brațe se duce să plângă. Oamenii cu personalitate narcisistă caută cel mai adesea să profite de încrederea cuiva. De asemenea, când personalitatea unuia dintre parteneri este marcată de tulburări isterice, între cei doi se manifestă numeroase conflicte ce au la bază dilema încrederii.

Bănuitor în dragoste

Când nu ai încredere în tine, devii bănuitor față de ceilalți. Dacă ți s-au rupt cumva pantalonii în fund, ți se pare că toată lumea râde de tine pe la spate, deși e evident că nu despre tine e vorba. În timp ce încrederea este o formă de relaționare prin inhibiție, suspiciunea este o producție a minții tale. Delirul paranoic, extrema formă de suspiciune la om, este o alterare a gândirii care începe să producă idei despre ce tot fac ceilalți împotriva lui. Gelozia este strâns înrudită cu această tulburare a gândirii, fiind și ea o producție mentală și nicidecum o lipsă a încrederii. Cu alte cuvinte, gelozia nu apare din lipsă de încredere în partener, ci datorită lipsei de echilibru a minții, care nu poate evita producțiile de idei în exces. Dacă vrei ca relația cu persoana iubită să fie ferită de gelozie,

trebuie să-i cultivi încrederea în ceea ce ești pentru ea și nu în ceea ce faci...

Încrederea informată

În managementul relațiilor umane există de câțiva ani termeni precum „decizie informată” și „consimțământ informat”. Ele exprimă necesitatea omului modern de a dispune de informație înainte de a lua o decizie. Această atitudine este menită să reducă riscurile acelei decizii, aducând beneficii atât celui investit cu încredere, cât și celui care oferă încredere. Decizia de a avea încredere în cineva trebuie luată în deplină conștiință și pentru o perioadă limitată de timp, dar fără să fie marcată de suspiciune. Nu poți spune cuiva: „După ce mi-ai făcut asta, nu mai am nici un strop de încredere în tine.” Încrederea într-o persoană dragă trebuie ancorată în prezent, condiționată de faptele zilei respective și nu garantată pe veșnicie. Atunci când știi că ai de pierdut foarte mult pierzându-ți încrederea în cineva, trebuie să anunți din timp ce măsuri vei lua și să te ții de cuvânt.

Idei cu transmitere sexuală

Făcând dragoste, oamenii se pot influența unii pe alții radical, schimbându-și chiar destinele. După prima noapte de dragoste, o fată poate rămâne atașată mulți ani de partener, chiar dacă el se dovedește a fi un om de nimic. Printr-un mecanism pe care psihologii îl numesc raționalizare, ceea ce este trăit la început sub imperiul impulsului este evaluat, asociat, ierarhizat, personalizat, transformat în concluzie. Și acestea, în bună parte, depind de partenerul tău.

Delia mergea la ore de balet în fiecare săptămână. Părinții au încurajat-o să considere baletul o carieră și să muncească asiduu pentru ea. Erau bucuroși că fiica lor, credincioasă și virgină, va avea o pasiune încântătoare pentru orice fată. N-au trecut nici două săptămâni de balet, că Delia mi-a scris la radio, mărturisindu-mi o nelămurire care suna cam așa: „Profesorul meu de balet este un om extraordinar. Este un balerin desăvârșit, aș vrea să fiu ca el, mai ales că și el mă crede deosebită. Ieri a vrut să facă lecții doar cu mine; mi-a spus că sunt făcută pentru balet și că mă potrivesc cu el. Oare e normal să spună asta?” Răspunsul meu a fost: „Cred că trebuie să joci două roluri distincte față de profesorul tău: unul de elevă care îl respectă și altul de fată frumoasă care nu-l acceptă. Ar fi normal să predomine rolul de elevă, iar cel de fată să fie reglementat cu ajutorul unor oameni pe măsura profesorului. Nu uita că atingerea transformă un bărbat într-o bombă cu fitil, iar ție îți poate dezvolta un atașament nepotrivit. Vorbește cu tatăl tău să te aducă la balet de fiecare dată, pentru ca el și profesorul să se cunoască mai îndeaproape.” La doar câteva zile, o altă scrisoare de la Delia îmi mărturisea: „Profesorul mi-a spus că trebuie să fiu a lui. Nu i-am

putut spune tatălui meu asta, mai ales că profesorul a ținut să-mi spună că, dacă nu sunt o elevă disciplinată, va avea grijă ca baletul meu să nu mai existe. Mă obsedează persoana acestui om; ba este atent cu mine, ba este rece și amenințător. Cum să-l fac să mă înțeleagă?” Răspunsul meu era: „Trebuie neapărat să vorbești cu un adult care vă cunoaște pe amândoi. Nu poți rezolva singură această problemă decât nemaifrecventând orele de balet măcar o vreme.” I-am dat și un număr de telefon la care să-mi ceară ajutorul la nevoie. Știam că profesorul trebuie să primească urgent un semnal ferm de la un adult. A urmat o tăcere în scrisorile Deliei, iar după vreo două luni un mesaj teribil mi-a parvenit: „Urma să avem spectacol cu un ansamblu de balet celebru. La ultima repetiție profesorul m-a violat în depozitul de costume. Nu mă mai duc la balet. Nici nu mai ies din casă.” Cu toate apelurile mele prin radio, Delia nu a mai apărut.

Pygmalion și femeia lui

Legenda spune că Pygmalion, un tânăr și talentat sculptor, s-a străduit mulți ani să creeze o statuie la fel de frumoasă ca femeia din închipuirea lui. Pe măsură ce sculpta, Pygmalion se îndrăgostea tot mai tare de opera lui, iar când aceasta a fost gata, s-a dovedit a fi atât de reușită, încât a prins viață. Tot astfel, a prins viață și iubirea lui Pygmalion pentru creația lui...

De ce e sculptorul bărbat?

Dacă ar fi să alcătuim un cuplu ideal, am căuta probabil un bărbat cu experiență și o femeie pură. Acest lucru este intuit până și de cei mai începători băieți care, aflându-se în situații concrete cu partenera lor, afișează alura unui bărbat sigur pe el, care știe totul și are o explicație pentru orice. Astfel, se ivește posibilitatea de a se manifesta cel mai controversat atribut al masculinității: dominația partenerei. O fată care are convingeri feministe (feminismul este o mișcare socială care promovează interesele femeii într-o lume domi-

MAESTRE,
E PERFECTĂ,
DAR ÎI LIPSESTE
UN AMĂNUNT
ESENTIAL



nată de bărbați) ar protesta vehement împotriva ideii de dominație masculină, dar tot ea ar fi aceea care, aflată într-o situație de cuplu incertă, ar spune că are nevoie ca el să facă ceva. Și tot femeile sunt acelea care, solicitate să facă descrierea bărbatului ideal, adaugă adesea: „Aș vrea să simt că mă domină.” Relația dintre bărbat și femeie în interiorul cuplului se bazează pe roluri și nu pe egalitate cu orice preț. De altfel, orgoliul de a nu pierde în fața celuilalt este una dintre cauzele conflictului cu acea persoană. Dominația partenerii, chiar și temporară, este pentru bărbat atât de încurajatoare, încât poate predispune la generozitate și tandrețe. În schimb, simțindu-se dominat de partenera lui, bărbatul va deveni agresiv, exagerând intensitatea loviturilor adresate ei, pentru a se ridica deasupra prin forță.

Dar și femeia poate sculpta...

Să fie lucrurile chiar atât de dure și nedrepte când e vorba de un bărbat și o femeie? Din păcate, da. Asta înseamnă că băiatul trebuie să-și înceapă viața sexuală cât mai devreme și să facă pe durul, iar fata să nu aibă experiență și să facă pe naiva? Nici chiar așa. După cum am spus mai sus, e vorba despre roluri învățate. Ele nu trebuie să fie exercitate permanent, ci doar în situații limită sau simbolice. O situație limită este aceea care are consecințe serioase asupra celor doi, cum ar fi apărarea de un agresor. O situație simbolică, în schimb, nu are consecințe prea grave, dar duce la concluzii despre o stare de fapt care se repetă adesea (de exemplu, situația în care unul îi spune celuilalt: „Taci, acum vorbesc eu”). Uneori, ea este aceea care domină și are pretenția că-și formează partenerul. Dar nu dominația ajută o femeie să facă din partenerul ei persoana ideală; pentru ca ea să aibă posibilitatea de a influența dezvoltarea acestuia, trebuie să acționeze prin intermediari sau prin așa-zisa metodă „în doi timpi”. Intermediarii sunt, de preferat, persoane pe care partenerul le prețuiește și de care este obișnuit să asculte: de exemplu, mama sau prietenul cel mai bun. În ceea ce privește influențarea lui în doi timpi, ea se aplică astfel: ea își emite întâi părerea

sub forma unui capriciu pe care el nu trebuie să se simtă obligat să-l îndeplinească, dar simte că-l poate îndeplini, iar mai târziu (după câteva zile) ea amintește despre acel capriciu ca despre ceva aproape realizat.

Influențe reciproce

Mulți oameni de bun-simț ar spune că cel mai bine e ca cei doi să se întâlnească virgini și să se formeze unul pe altul, așa cum trebuie să fi făcut Adam și Eva. Să nu uităm însă că lumea de astăzi este fundamentată pe prejudecăți cum ar fi dublul standard (ce e valabil pentru bărbați nu e valabil și pentru femei), conceptul supra-specializării profesionale, sau ideea că numai făcând lucruri șocante vei putea ieși în evidență. Aceste tare ale societății actuale le cer imperios celor doi exercitarea unor roluri cât mai distincte, pentru ca ei să simtă că au format un cuplu de succes. Cu siguranță că cei doi parteneri se influențează reciproc; dar într-un cuplu modern, unul se poate folosi de influența celuilalt pentru a afla ceva mai degrabă despre el însuși decât despre partener.

Te-ar putea trăda statuia?

„Am învățat-o tot ce trebuie să știe o femeie, am ridicat-o din noroi și ea m-a trădat cu cel mai bun prieten!” Ți se pare cunoscută această frază? Ea exprimă situația în care persoana radical schimbată de viața de cuplu simte nevoia să caute un alt partener, potrivit statutului nou dobândit. Dacă judecăm prin prisma devenirii fiecăruia, constatăm că modificările treptate ale personalității partenerei sunt menite să ducă la o revoluție interioară, soldată cu obținerea unei noi identități. Astfel, cea care a fost formată de-a lungul anilor va zice într-o zi: „Eu sunt altcineva și am nevoie de alte persoane în jur.” De aceea, dacă te-ai decis să-ți influențezi radical partenerul, e important să nu-i dai de înțeles că a devenit altcineva, ci că e aceeași persoană, cu performanțe îmbunătățite. Din când în când e bine să depeni amintirile începutului vostru comun, astfel încât să nu se piardă legătura cu situația care v-a unit.

Unul pe viață

Sună a sentință? Credeți că este o pedeapsă destul de mare, dragi băieți, să aveți o singură parteneră pe viață? Unii dintre voi vor spune: „Da. E prea mult să ai prea puțin.” În schimb, unele fete vor spune că ar fi minunat să aibă un singur bărbat toată viața (mai ales dacă este persoana iubită...). De ce oare în sânul speciei noastre s-a dezvoltat de mii de ani această discrepanță dintre băieți și fete? Băieții vor mai multe fete, fetele vor un singur băiat.

Bărbat ca tata nu găsesc!

Tatăl este cel care poate orice; el promite, aduce, face, e vesel, apreciat de alții, se impune. Tandrețea lui e ca un asalt, nu poți să scapi de ea. Pe el îl așteaptă fetița lui, să-i arunce prima privire când intră în casă. Așa ajunge ea să spună: „Când o să fiu mare, o să mă mărit cu tata!”, iar mai târziu: „Eu n-o să mă mărit niciodată, pentru că om ca tata nu găsesc!” Poate că fetele, ajungând femei, încep să nu mai dorească să aibă un singur bărbat. Iată un caz:

O fată frumoasă, ai cărei părinți erau despărțiți, a vrut să-și vadă tatăl, după mulți ani. L-a găsit beat și a fost șocată să vadă că făcea tot ce putea pentru a se culca cu ea. Astfel, fata a cunoscut sexul de la cine nu trebuia și ani de zile s-a simțit îngrozitor. La puțin timp după agresiune, pasiunea ei ascunsă a devenit seducerea bărbaților cu autoritate (profesor de pictură, antrenor de tenis), dar când vreunul dintre aceștia se apropia s-o atingă, groaza se instala rapid pe fața ei. A reușit să-și facă un prieten, a învățat de la el ce înseamnă dragostea de la un capăt la altul, dar alt bărbat nu mai poate exista în viața ei. Dacă iubitul tău e perfect, mai poate exista un alt bărbat în viața ta?

Aparent, e o chestiune de morală...

În primul rând, se pune, bineînțeles, problema moralității. Fetele sunt învățate că nu e frumos, nu e bine să ai mai mulți

parteneri. E ideal să ai un singur iubit cu care să faci dragoste în noaptea nuntii, rămânând cu el toată viața. Problema este care mi-o pun ca psihiatru, dragi prieteni, nu este dacă e bine sau rău, ci dacă poți sau nu poți să faci acest lucru. Apropiatii îți vor spune să te uiți în jur, pentru că mulți își doresc să fie cu tine, dar tu îi respingi spunându-le că nu poți. Uneori e prea târziu să spui că nu poți. Atunci când au necazuri sau încearcă să-și caute un serviciu, le recomand pacienților mei să-și găsească încă un serviciu atâta timp cât e bine la cel pe care-l au în prezent. De ce? Fiindcă acest gest este în deplină armonie cu natura umană, potrivit căreia, atunci când ți-e bine, cauți să-ți fie și mai bine.

Puțină gelozie fiziologică

Atunci când ți-e rău, nu ești în stare nici măcar de puțin mai bine. Vedeți așadar, dragi fete, că nu trebuie să așteptați ziua în care aveți nevoie ca un alt băiat să vă scoată din starea în care sunteți! Aveți nevoie de ziua în care, simțindu-vă bine, să vă demonstrați că puteți fi valabile și pentru alți băieți, fără să vă trădați iubirii, fără să-i înșelați, ci doar simțind că ați putea s-o faceți. Această minimă cantitate de poligamie virtuală este foarte bună în cuplu, pentru că produce o mică și fiziologică gelozie. Știind că ești valabilă și pentru altcineva, partenerul tău va simți mult mai mult pentru tine. Și, în plus, e important să faci asta și pentru a-ți satisface nevoia de confirmare ca femeie. O bună parte dintre femeile măritate vin la psiholog și-i spun: „Știți ceva? După ce m-am chinat cu soțul meu ani de zile, am făcut dragoste cu un altul și am ajuns la concluzia că sunt într-adevăr femeie, că pot să simt o plăcere; nu credeam că poate fi atât de bine.” Atunci când ajung să dea sfaturi fetelor tinere, ele vor spune: „E bine totuși să nu ai un partener toată viața, fiindcă trebuie să ai termen de comparație.”

Două feluri de femei

Există două feluri de femei care au un singur partener în viața lor. Din prima categorie fac parte cele cărora le e frică

de împlinire; li se pare pur și simplu că nu trebuie să treacă peste un prag al vieții, căci nu știu ce se află dincolo.

În cea de-a doua categorie intră femeile cărora le e frică de principiile morale, pe care încă nu le-au asimilat. Aici e vorba de principiile părinților, ale religiei, ale partenerului etc. Vedeti așadar că frica, și nicidecum principiul, joacă un rol foarte important în dorința de a avea un singur partener toată viața.

Și cu băieții cum rămâne?

Se spune că un bărbat trebuie să cunoască multe femei pentru a acumula experiență. Specia umană este poligamă prin genetică, dar monogamă prin opțiune. Poligamia bărbaților pare a fi o compensație a pericolului consangvinității la o specie care trăiește sedentar, în comunități închise. Cu alte cuvinte, pentru a preveni anomaliile genetice ale copiilor, bărbații au tendința instinctivă de a avea mai multe parteneri de-a lungul vieții. Acest lucru se vede foarte clar în comportamentul celor obișnuiți să călătorească — și care îi asimilează și influențează pe alții — lucruri menite să-i transforme în parteneri viabili. Un bărbat lipsit de această experiență va ajunge desconsiderat tocmai de femeia lui.

În concluzie, e bine sau nu?

E bine să poți avea un singur partener toată viața; dar aceasta trebuie să fie o alegere făcută în cunoștință de cauză. Iar pentru a alege în cunoștință de cauză, ai nevoie de mai mulți parteneri... Important este să nu ți se pară că ești forțată să rămâi cu cineva cât vei trăi; trebuie să simți cât mai clar că ai mai putea fi și cu altcineva, dar păstrezi pentru omul vieții tale ceva ce n-ai oferit nimănui...

Religie și sex

Pentru unii adolescenți, pe locul întâi stă credința religioasă impusă de părinți și abia apoi se face loc dragostei față de o persoană anume. Pentru alții, există întâi aventura dragostei

i, mai târziu, o dată cu experimentarea disperării, survine întoarcerea către Dumnezeu. Fiind convins că el poate face orice și nu are nevoie de divinitate pentru a reuși, un tânăr poate să spună: „Eu nu cred decât în mine însumi.”

Religia ca piedică

Religia te împiedică să-ți împlinești dezideratele atunci când nu vine din tine, ci din altul. Adesea, am putut întâlni tineri sau tinere ai căror părinți erau credincioși, fiind instituționalizați într-o Biserică sau alta. Știind că, de obicei, un copil crede în părinții lui, acei părinți se simțeau îndreptățiți să impună aceeași credință copiilor. Dar vârsta adolescenței, cu preocupările ei „păcătoase”, cum ar fi cunoașterea, răzvrătirile și sexualitatea, nu rezonază prea bine cu vârsta adultă sau cu bătrânețea, la care credința atenuază cel mai bine neliniștile morții.

Așadar, pentru adolescenți se naște o dilemă: te naști în credința părinților tăi și o păstrezi toată viața sau îți alegi credința după cum îți dictează propria conștiință? Dacă aducem la un numitor comun religia și psihologia, putem spune că un copil se naște cu o credință sau cel puțin cu o atitudine pozitivă față de lume, fără să poată exprima acest lucru în cuvintele vreunei religii. De altfel, puritatea copilului este evocată de mai toate religiile ca exemplu pentru credința adulților. Din aceste „axiome”, putem deduce că apartințea religiei în sânul căreia te naști, adică a părinților tăi. La vârsta adolescenței pot exista momente de luptă crâncenă între dragostea și religia aceleiași persoane, deoarece cunoașterea erotică, neconsfințită prin căsătorie, dar devenită prioritară la această vârstă, este considerată de religie ca fiind un păcat grav.

Cum împaci credința cu viața sexuală?

Credința te învață să iubești cu adevărat. Citind cartea credinței și căutându-i înțelesurile în jurul tău, vei vedea că există o armonie între iubirea față de un om și iubirea față de Dumnezeu. Iată, reformulate în spiritul acestei cărți, câte-

va învățături ale Bibliei care s-au dovedit a fi valabile în numeroase situații ale vieții în doi:

- Să oferi fără să aștepti vreo recompensă;
- Să nu râvnești la partenerul altuia;
- Să nu cauți doar plăcerea în cele ce faci;
- O dată căsătorit, să-i lași pe părinții tăi pentru a fi cu partenerul de viață;
- Să protejezi viața care se naște din viața ta sexuală.

Înfrânare și desfrânare

Ca om, ești o ființă prin excelență hedonică, adică profund atașată plăcerii (v. *Cu plăcere*, vol. I). Multe dintre problemele vieții tale sunt condiționate de relația cu plăcerile pe care le cauți. Dacă ceri sfatul unui psiholog, el îți va spune că esența formării caracterului unui om stă în dobândirea capacității de autocontrol prin amânarea plăcerilor. Dacă ceri sfatul unui preot, îți va spune la rândul lui că nu există împăcare între dorință și credință și că trebuie să renunți la plăcere pentru a fi mântuit. Stilul de viață care cultivă renunțarea la plăcere se numește asceză și este pus în practică prin celibat (virginitate, renunțare la căsătorie) și sărăcie (renunțarea la profitul material). Pe de altă parte, creștinismul susține cu tărie procrearea încă de când Dumnezeu i-a promis lui Abraham că va avea descendenți câți firele de nisip, făcând din înmulțirea poporului evreu un lucru de maximă însemnătate. Semnificativ în acest sens e că una dintre cele mai aspre pedepse divine a primit-o Onan, personajul biblic care, în loc să asigure urmași cu nevasta fratelui său mort, a preferat să-și arunce „sămânța” pe jos.

Sex și lege

Pentru a asigura libertatea fiecărui individ fără ca acțiunile unuia să afecteze interesele celorlalți, oamenii au stabilit de-a lungul timpului convenții și reguli sociale, cu titlu de obligativitate universală. În ziua de azi, legea este aplicată

de stat prin instituții specializate. Toți cetățenii unei țări sunt obligați să cunoască legea, și de aceea nici un agresor sexual nu rezolvă nimic spunând: „Nu știam că încalc legea.” Iată de ce confruntarea cu legea a devenit una dintre implicațiile cele mai grave ale vieții sexuale a unui tânăr într-o societate modernă.

Cum este incriminat sexul

În general, legea recunoaște intimitatea sexuală a indivizilor, dar incriminează adesea manifestările sexuale în public. Noroc că delimitarea a ceea ce este sexual e destul de clară din punct de vedere legal: nu e vorba de sărut, mângâieri sau alte tandrețuri, ci de acte ce implică organele genitale ale cel puțin unuia dintre parteneri. De asemenea, există o serie de factori agravanți, cum ar fi existența unei victime minore, agresarea sexuală în grup, practicarea perversiunilor sexuale, consecințele patologice asupra victimei, rezultarea unei sarcini, posibilitatea ca agresorul să fi avut un rol în educarea sau îngrijirea victimei etc. Pentru a fi cât mai obiectivă în aprecierea delictului sexual, instanța are nevoie de martori, de probe precum prezența spermei în vaginul victimei, durata spitalizării pentru refacerea victimei etc.

Viol, abuz sexual

Violul este situația în care, împotriva consimțământului victimei sau profitând de faptul că victima nu are posibilitatea sau discernământul de a-și exprima consimțământul, agresorul întreține relații sexuale cu ea. Abuzul sexual și nărtuirea sexuală nu sunt deocamdată incluse ca atare în legislația românească, dar merită menționate, căci nu se știe dacă nu vei fi chiar tu acela care va acoperi această carență (v. *Aluziile la sex*)... Legea nu precizează dacă victima unui viol este un bărbat sau o femeie, ci o denumeste generic „persoană”. Practic, nu prea sunt întâlnite cazuri de viol săvârșite de femei asupra bărbaților. Teoretic, o femeie poate supune fizic un bărbat și poate obține o erecție împotriva voinței

lui prin metode chimice (afrodisiace), fizice (de exemplu, prin strangulare prelungită!) sau „psihologice” (cum ar fi sexul oral). Însă situația în care o femeie face uz de putere pentru a obține o satisfacție sexuală de la o persoană de sex masculin este încadrabilă mai degrabă în categoria abuzului sexual decât în aceea de viol.

Consimțământ și discernământ

Consimțirea la o relație sexuală poate fi dedusă atât din vorbe, cât și din atitudini. În general, se consideră că nu ți-ai dat consimțământul dacă ai spus „Nu!” și dacă ai încercat să eviți întrunirea condițiilor de a fi agresată sexual. Situația agresorului nu este ameliorată de faptul că victima și-a exprimat consimțământul de a avea relații sexuale cu el, dacă acea victimă era minoră (avea deci sub 18 ani). Cât timp este minoră, o persoană este reprezentată în fața legii de către tutorii ei legali, care pot fi părinții sau alte persoane și instituții numite de lege în această funcție. În ceea ce privește discernământul, el este capacitatea cuiva de a lua decizii în cunoștință de cauză și de a prevedea consecințele faptelor sale. Această capacitate este evaluată de către experți numiți de o instanță legală, atunci când există suspiciunea că făptașul „nu știa ce face”. De exemplu, e posibil ca o persoană retardată mintal sau afectată de o boală psihică gravă să nu aibă discernământ, dar să manifeste o oarecare dezinhibiție și instabilitate, care o predispun la agresiuni sexuale împotriva celor din jur. Dacă această persoană va săvârși un viol, ea nu va fi pedepsită cu închisoarea, ci va primi un tratament obligatoriu într-un spital cu regim special.

Expertiza medico-legală

Dacă ai suportat o agresiune sexuală, trebuie să știi că ai de luat câteva măsuri urgente. Ele privesc siguranța, sănătatea și interesele tale. Pentru siguranța ta, trebuie să apelezi la poliție sau să faci în așa fel încât măcar încă o persoană de încredere să aibă cunoștință despre acest eveniment. Pentru

sănătatea ta, trebuie să reduci la minimum riscul de a avea hemoragii, infecții, o sarcină sau dezechilibre psihice, iar pentru aceasta trebuie să te prezinți la medic în regim de urgență. Nu uita că aceste urmări sunt cele care îți pot aminti mai târziu la modul cel mai neplăcut ceea ce s-a întâmplat.

Atenție: e bine să te speli, mai ales că acest gest este făcut aproape instinctiv de către victimele care vor să se „purifice” după un viol, dar trebuie să știi că astfel vei îndepărta în bună parte probele pe care le-ar putea examina medicul legist. De aceea, prioritățile sunt următoarele: dacă starea sănătății tale este alarmantă, mergi mai întâi la medicul de urgență, care te poate trimite cu o ambulanță la medicul legist sau poate redacta în detaliu ceea ce a constatat în urma examinării tale. Dacă mai ești încă în pericol, prezintă-te întâi la poliție. Dacă nici unul dintre riscurile de mai sus nu este acut și nici nu intenționezi deocamdată să denunți agresiunea suferită, prezintă-te întâi la serviciul de medicină legală. Acolo vor fi estimate acele consecințe imediate asupra sănătății tale care pot fi folosite ca probe de către justiție. De exemplu, vor fi căutate echimozele formate între coapse, prezența sângelui în zona genitală, existența spermei în vagin sau anus, semnele de boală cu transmitere sexuală sau de sarcină, va fi evaluat necesarul de zile de îngrijire medicală etc. Trebuie știut că tot medicinei legale îi revine și competența de a efectua testele de paternitate în cazul nașterii unui copil recunoscut numai de către mamă.

Contactul dintre lege și HIV

Human Immunodeficiency Virus (HIV), virusul care produce SIDA (Sindromul imunodeficienței umane dobândite), are o răspândire atât de largă și devastatoare, încât a devenit o problemă de sănătate publică (v. *Rănilor sexuale*). Ca și în cazul homosexualității, testarea HIV obligatorie a devenit un subiect controversat; ea se recomandă persoanelor care prezintă riscul de a transmite sau primi virusul: femei însărcinate, angajați în străinătate, prostituate, utilizatori de drog

injectabil etc. Dar în momentul de față nici o lege nu poate obliga o persoană să facă testul HIV. În schimb, dacă cineva dorește să se testeze, are dreptul la confidențialitate în privința identității sale, chiar dacă legea obligă laboratorul respectiv să raporteze numărul de cazuri de infecție cu HIV găsite la analiză. În legislația românească, aflată în continuă schimbare, infectarea intenționată cu HIV a cuiva este un delict încadrabil în categoria „otrăvire”.

Cum te folosești de lege

Deși reglementarea prin lege a sexualității îți poate părea un sacrilegiu și o încălcare a intimității, sarcina, boala și violul sunt aspecte ale vieții tale sexuale care ar putea fi subiecte ale unei măsuri legale aplicate în favoarea sau împotriva ta. Pentru a fi sigur că totul e O.K. din acest punct de vedere, îți recomand să faci trei pași esențiali pentru informarea ta:

- navighează pe Internet căutând cuvântul „sex” în legile țării tale;
- găsește cel puțin o persoană care să nu reprezinte o autoritate (consilier juridic, lucrător social, medic de planificare familială etc.), dar cu care să poți discuta aspectele legale ale vieții tale sexuale;
- ia contact cu acei profesioniști investiți cu autoritate, adică abilitați să aplice legea: polițiști, procurori, judecători, experți, sau chiar Avocatul Poporului, care poate apăra un cetățean împotriva abuzului din partea unor instituții.

Ține Codul Penal sub pernă!

Iată câteva sancțiuni legale legate de viața ta sexuală, așa cum apar ele în Codul Penal acum, în momentul în care eu scriu această carte; trebuie să menționez aici că sancțiunile de mai jos privesc o persoană care a împlinit 18 ani, dar că și minorii sunt răspunzători în fața legii.

Art. 197. Raportul sexual cu o persoană de sex feminin, prin constrângerea acesteia, sau profitând de imposibilitatea ei de a se apăra ori de a-și exprima voința, se pedepsește

cu închisoare de la 2 la 7 ani. Pedepsa este închisoarea de la 3 la 10 ani, dacă: a) victima nu împlinise vârsta de 14 ani; b) fapta a fost săvârșită de două sau mai multe persoane împreună; c) victima se afla în îngrijirea, ocrotirea, educarea, paza sau în tratamentul făptuitorului; d) s-a cauzat victimei o vătămare gravă a integrității corporale sau a sănătății. Pedepsa este închisoarea de la 7 la 15 ani, dacă fapta a avut ca urmare moartea sau sinuciderea victimei.

Faptele prevăzute în alin. 1 și 2 lit. a), c) și d) nu se pedepesc dacă înainte ca hotărârea să fi rămas definitivă a intervenit căsătoria dintre autor și victimă.

Art. 198. Raportul sexual cu o persoană de sex feminin care nu a împlinit vârsta de 14 ani se pedepsește cu închisoare de la unu la 5 ani. Cu aceeași pedeapsă se sancționează raportul sexual cu o persoană de sex feminin între 14 și 18 ani, dacă fapta este săvârșită de tutore sau curator, ori de către supraveghetor, îngrijitor, medic curant, profesor sau educator, folosind calitatea sa.

Art. 199. Fapta aceluia care, prin promisiuni de căsătorie, determină o persoană de sex feminin mai mică de 18 ani de a avea cu el raport sexual se pedepsește cu închisoare de la unu la 5 ani. Împăcarea părților înlătură răspunderea penală.

Art. 200. Relațiile sexuale între persoane de același sex se pedepesc cu închisoare de la unu la 5 ani. Fapta prevăzută în alin. 1, săvârșită asupra unui minor, asupra unei persoane în imposibilitate de a se apăra, ori de a-și exprima voința, sau prin constrângere, se pedepsește cu închisoare de la 2 la 7 ani. Dacă fapta prevăzută în alin. 2 are ca urmare vătămarea gravă a integrității corporale sau a sănătății, pedeapsa este închisoarea de la 3 la 10 ani, iar dacă are ca urmare moartea sau sinuciderea victimei, pedeapsa este închisoarea de la 7 la 15 ani. Îndemnarea sau ademenirea unei persoane în vederea practicării faptei prevăzute în alin. 1 se pedepsește cu închisoare de la unu la 5 ani.

Art. 201. Săvârșirea actelor de perversiune sexuală care au produs scandal public se pedepsește cu închisoare de la 1 la 5 ani.

Art. 202. Actele cu caracter obscen săvârșite asupra unui minor sau în prezența unui minor se pedepesc cu închisoare de la 3 luni la 2 ani sau cu amendă.

Art. 203. Raportul sexual între rude în linie directă sau între frați și surori se pedepsește cu închisoare de la 2 la 7 ani.

Art. 309. Transmiterea unei boli venerice prin raport sexual, prin relații sexuale între persoane de același sex, sau prin acte de perversiune sexuală, de către o persoană care știe că suferă de o astfel de boală, se pedepsește cu închisoare de la 6 luni la 3 ani.

Dragi prieteni, chiar dacă unele dintre aceste prevederi legale vor suporta pe viitor modificări — în momentul de față se discută, de exemplu, posibilitatea abrogării articolului 200 —, trebuie să știți că, pentru orice faptă calificabilă drept infracțiune, sunteți pasibili de o pedeapsă prevăzută de Codul Penal al României.

_____ Dimensiunea publică a sexului _____

Pe ceilalți nu prea îi interesează ce simți tu, dar îi interesează tot ceea ce poți face. Cu cât este mai intim ceea ce faci, cu atât mai interesant este pentru ei. Nu te simți doar victimă a celorlalți, căci și pe tine te interesează ce fac ei. Altfel, nu te-ai uita la televizor așa de mult și nu ai întreba de câte ori te întâlnești cu cineva cunoscut: „Ce mai faci?”

Sexul ca scandal public

Ceva mai sus, în „lecția” despre legi, era vorba și despre sex ca scandal public. Termenul de „public” implică, în cele mai multe cazuri, o asistență pasivă. Dacă ai o oarecare experiență de cuplu, ai observat, poate, că alte perechi nu sunt atât de impresionate de ceea ce faci tu cu partenerul tău. Asta pentru că atunci când ai parte de viață erotică proprie te afli într-o polarizare necesară oricărui cuplu și devii mult mai tolerant față de ceea ce fac alții. În schimb, cele mai „scan-

dalizate" sunt persoanele pasive din punct de vedere sexual, cum ar fi bătrânii și virginele, care alcătuiesc prin excelență „publicul scandalizat”.

Spectacol sexual

În trecut (pe vremea trubadurilor francezi, de exemplu), oamenii își cântau în public dragostea, invocau cu glas tare numele persoanei iubite și își ridicau nou-născuții deasupra capului pentru a-i arăta întregii lumi. Unde s-au dus aceste obiceiuri legate de bucuria vieții? Doar femeile mai plâng, pe ici, pe colo, de bucurie că au născut. Una dintre problemele cuplurilor moderne este aceea că băieții nu exprimă public ceea ce simt, considerând că, dacă ar face așa, ar deveni vulnerabili. Scenele de gelozie par a avea un efect mai impresionant asupra celui căruia îi sunt adresate, dacă sunt desfășurate în public. Dar tot așa și declarațiile de dragoste: arată mult mai bine în public. Băieții ar trebui să știe că unei fete îi place foarte mult să fie aleasă dintre alte fete și calificată drept „cea mai” atunci când sunt de față și alte persoane (mai ales femei). Cu toate acestea, oamenii aflați în public fac mai frecvent scene de gelozie decât declarații de dragoste. Dacă te-ai gândit să faci publice unele dintre sentimentele tale, atunci trebuie să știi puțină teorie...

Limita dintre intim și public

În sociologie există o întreagă teorie a distanțelor de la care interacționează oamenii. Aceste distanțe limită s-au definit de-a lungul timpului în funcție de dimensiunile funcționale ale corpului uman. Iată-le pe cele mai importante:

Distanța publică este aceea de la care sunt ținute discursuri. Pentru a putea fi văzut și auzit, cel care vorbește trebuie să se urce pe o scenă, la o tribună, sau pur și simplu pe niște butoaie, așa cum fac unii cetățeni ai Londrei prin Hyde Park atunci când vor să fie băgați în seamă.

Distanța socială este aceea de la care poți vedea fața celui ce-ți vorbește și poți studia detaliile limbajului său non-ver-

bal, astfel încât să-ți poți da seama dacă minte sau nu. De asemenea, de la această distanță îl poți recunoaște, în caz că l-ai mai întâlnit, sau poți trece pe lângă el pe stradă, ca orice trecător.

Distanța personală este acea distanță de la care poți vorbi cu cineva, astfel încât ceilalți să înțeleagă că discuția respectivă nu-i privește. Ea este totuși suficient de mare ca să nu poți atinge acea persoană, nici chiar întinzând mâna.

Distanța intimă este proprie celor care conviețuiesc atât de strâns, încât unul poate respira aerul celuilalt fără să se simtă jenat. De la această distanță îl poți atinge pe celălalt și poți face o serie de gesturi considerate intime (v. *Întâlnirea*, vol. I). Iar când această distanță se micșorează până la anulare, se poate spune că faci dragoste...

Este evident că, pentru a face publică legătura cu persoana iubită, ar trebui să te plasezi la o distanță mai mare decât cea intimă. Dar nu uita un lucru: dacă declarația de dragoste făcută în gura mare este un lucru pozitiv, în schimb povestirea în public a detaliilor isprăvilor tale erotice este o mare greșeală. Efectul acestei greșeli este devastator, mai ales asupra băieților. Aflând că a existat un altul înaintea lui și chiar întâlnindu-l pe fostul iubit, prietenul tău va simți o crispare ori de câte ori va face dragoste cu tine; în sinea lui se va insinua îndoiala în privința propriilor performanțe (v. *Cuvintele în sex*).

Mass-media

În cartea sa *The New Male Sexuality*, Bernie Silbergeld arată că omul modern este dominat de un model fantastic al sexualității, care este un produs al filmului de tip hollywoodian, al Internetului, pornografiei, publicității și literaturii erotice. Astfel, au apărut o serie de prejudecăți contemporane, ca următoarele:

- Personajul pozitiv nu are niciodată probleme sexuale; eroii din filme sunt cu toții virili, iar eroinele au toate orgasm;
- Bărbatul adevărat nu se lasă pradă sentimentelor și nu exprimă ceea ce simte;

- Sexul este produsul unui falus mare și tare;
- Atingerea cuiva este o aluzie la sex.

În realitate, performanțele sexuale ale personajelor din filme sunt sugerate printr-o tehnică video bine pusă la punct. În filmele porno pe care le cauți, poate, cu febrilitate, bărbații au un sex atât de impresionant datorită tehnicilor video de accentuare a dimensiunilor. Femeile sunt machiate, luminate și așezate în așa fel, încât să pară mai atrăgătoare. De exemplu, pentru a face ca picioarele unei femei să pară mai lungi, ea este filmată de jos, ținând camera video cât mai aproape de podea, sau cerându-i-se să țină unul dintre picioare îndoit în fața celui alt. În ceea ce privește durata scenelor erotice, ea este atât de mare pentru simplul fapt că sunt alcătuite din colaje de cadre filmate la momente diferite. Imaginile porno au și unele beneficii pentru cei tineri, arătându-le în ce măsură fanteziile lor pot fi aduse la realitate; ele pot fi afrodisiace pentru băieți, dar chiar și pentru fete, în funcție de capacitatea celui ce le vizionează de a se transpune în rolul vreunuia dintre personaje.

Sex pe Internet

Pe vremea părinților tăi, băieții se masturbau uitându-se cu jind la fotografiile din reclamele pentru ciorapi de mătase sau pentru sutiene. Ar fi dat orice ca fata din fotografie să-i facă cu ochiul și să se dezbrace doar pentru el. În ziua de azi, acest lucru este pe deplin posibil, căci pe Internet poți alege și interacționa cu aceste fantezii. Deși ți-ar pica destul de greu să afli că în spatele acelei imagini se află un bărbat burtos care se pricepe la calculatoare, continui să consumi aceste imagini sexy (v. *Combinații și lipeli*, vol. I). Pornografia prin intermediul Internetului își ia libertatea de a recurge la imagini din domeniul pedofiliei, zoofiliei, violenței etc., astfel încât devine o formă de crimă asupra unor victime văzute, dar necunoscute. La rândul tău, poți deveni ușor victimă a imaginii, mai ales atunci când ești un consumator de publicitate...

Sexual și subliminal în publicitate

Bazându-se pe un instinct accentuat în bună măsură la om, publicitatea construită în jurul unor sugestii sexuale are efecte garantate asupra consumatorilor. Partenerul sexual zărit în publicitate este perfect și are o atitudine pozitivă față de tine. De fapt, personajul filmat nu se uită la tine, ci la un aparat de filmat negru și lipsit de viață. Uneori, când sunt filmați copii sau animale, se vede cum „actorii” privesc către regizor sau către cei din jur și nicidecum spre aparatul de filmat. Imaginea perfectă a celui filmat îți este prezentată într-un timp suficient de scurt ca să nu ai când să parcurgi detaliile, astfel încât ceea ce vezi să evoce adevărata imagine perfectă formată de-a lungul timpului în creierul tău, și pentru a fi îndeplinită condiția de contiguitate între imaginea perfectă și produsul promovat. Contiguitatea este termenul folosit în teoria formării reflexelor condiționate; când un stimul necondiționat este transmis la mai puțin de 0,2–0,5 sec. de un stimul condiționat, se consideră că acești doi stimuli se află în contiguitate, apărând astfel posibilitatea de a se forma un reflex condiționat. Printr-o tehnică simplă poți diminua efectele publicității subliminale asupra ta, folosindu-ți imaginația pentru a completa imaginea prezentată cu cea a echipei de filmare...

Publicitate printre colegi

În momentul în care ai format un cuplu cu cineva, e important să alegi între discreția, intimitatea aceluia cuplu și nevoia de a „te da mare” în fața celor de-o seamă cu tine. Din cauza acestei dileme, unii băieți adoptă un comportament duplicitar: când sunt între patru ochi cu fata dorită, se poartă foarte frumos cu ea, în schimb când sunt de față și alte persoane o ignoră și chiar o umilesc. Multe dintre dezamăgirile persoanei iubite ar putea să apară atunci când îi dai de înțeles că-ți pasă mai mult de imaginea ta în ochii colegilor decât de ceea ce își dorește ea de la tine. Pentru o fată, a avea prestigiu erotic înseamnă a fi prietena celui mai drăguț băiat.

Pentru un băiat, a avea un astfel de prestigiu înseamnă a „o pune” și el cu fata pe care au avut-o alți băieți. Dar, din moment ce erotismul este o chestiune de intimitate, există oare prestigiu erotic? (v. *A fi bun la pat*).

Cu părinții pe cap

Când ai părinți e ca și cum ai avea pământ sub picioare. Dar, atâta timp cât ți-e bine, nu te gândești la pământul de sub picioare. E demn de dispreț, căci nu știe decât să existe, tot timpul la fel; el nu pricepe intenția irațională a omului tânăr de a zbura. Plecând de la această metaforă, trebuie spus că-i mult mai greu să discuți despre viața ta sexuală cu părinții decât cu un străin. De ce? Pur și simplu pentru că un potențial sex ar putea avea loc între tine și un străin, nu între tine și părinții tăi.

Cum e sexul pentru părinții tăi?

Pe parcursul unei terapii, dacă văd clar că tânărul meu pacient are o problemă referitoare la confruntarea cu sexul, obișnuiesc să-l întreb: i-ai surprins vreodată pe părinții tăi făcând dragoste (v. *În pat cu al treilea*, vol. I)? Unii spun că au văzut lucruri de nedescris, alții afirmă că părinții lor erau aceiași, alții au tendința de a pune de la ei ceea ce cred că făceau părinții acolo.

Pentru a avea o relație rațională cu părinții tăi în privința sexualității tale, trebuie să afli câte ceva despre sexualitatea lor. Nu, nu ai nevoie de detalii prea multe, ci de un răspuns la întrebarea: cum e sexul pentru părinții tăi? Pentru asta, trebuie să observi dacă se mai sărută, dacă dansează cu pasiune unul cu altul, dacă își trimit priviri de parcă ar avea un secret plăcut, dacă manifestă toleranță sau chiar interes față de scenele sexy din filme etc. În cazul în care rezultă că părinții tăi au o viziune pozitivă față de viața lor sexuală, merită să începi o campanie de susținere a acestei atitudini, prin gesturi precum deconspirarea sertarului cu prezervative,

comentarea amintirilor erotice pe care le-au relatat etc. Apoi vei putea începe să-i obișnuiești pe părinți cu imaginea ta sexy, mai ales când stai pe-acasă sau ieșiți împreună la prieteni de-ai lor. Dacă, în schimb, pentru acești părinți viața sexuală este o inutilitate sau un coșmar de care tinerii fac abuz, atunci este mai bine să găsești o formă de delimitare lucidă față de ei, căci până la urmă acest lucru tot se va întâmpla, sub forma unui conflict.

Deschiderea discuției

Din moment ce te-au făcut pe tine, părinții au ceva experiență sexuală. Tatăl tău a văzut măcar pentru o vreme ceva frumos la mama ta, a reușit să facă măcar o penetrare în viața lui și s-a confruntat măcar o dată cu spectrul orgasmului femeii. La rândul ei, mama își amintește cu siguranță cum a fost prima noapte de dragoste și a avut măcar o dată un moment de cumpănă care suna cam așa: „Să păstrez acest copil sau mai bine să-mi văd de viața sexuală mai departe?”

Pentru a-i putea face o confidență cu privire la propria viață sexuală, tânărul are nevoie de un semnal clar de încredere din partea părintelui. Iar acest semnal este de obicei confesiunea pe care însuși părintele o face cu privire la viața lui sexuală. Dacă vrei să discuți despre sex cu părintele tău, poți vorbi despre cum arăta el în perioada de glorie a vieții lui sexuale, iar dacă nu se poate deschide o astfel de discuție, îl poți antrena în discuție pe cel mai bun prieten de-al lui, ca să-ți povestească despre toate aceste calități ale părintelui tău. Poți începe această conversație chiar în prezența părintelui tău, dar atenție: trebuie să vorbești doar despre cum era, nu despre ceea ce făcea. Dacă discuția este incitantă pentru părinte, el va fi acela care va mărturisi ce făcea într-un moment sau altul de succes al propriei tinereți.

Ce poți învăța din povestirile unui tată? Câte ceva privind concepția despre femei, unele șiretlicuri cu privire la performanțe, confruntarea cu eșecurile (asta mai rar), comportamentul la prima întâlnire, cum e cu primul sărut, cu prostituatelor, cu penetrarea, cu unele poziții, cum se simte un bărbat

MĂ, ESTI BĂRBAT
CÂND 'BEI PRIMA
BERE CU TATĂL
TĂU !



când i se naște un copil etc. În schimb, mai puține vei putea afla despre cum arată sexul lui, cât îl ține o erecție, cum s-a simțit atunci când a fost părăsit de iubită.

Iată cam ce poți afla de la mamă: cum l-a cunoscut pe El, cum afectează aparatul genital viața sexuală, cum se împacă ciclul menstrual cu viața cotidiană, cum e să ai o sarcină, cu ce boli ale aparatului genital se confruntă o femeie etc. În schimb, mai puține vei afla despre primul contact sexual, căci în majoritatea cazurilor el nu e o experiență pozitivă...

De aici rezultă că discuția despre sex o porți de regulă cu părintele de același sex. Dar nu este inutilă nici discuția cu părintele de sex opus, care poate deveni ușor un „trădător” al propriului sex, vorbind despre ceea ce ar fi vrut să aibă de la celălalt părinte sau filosofând pe marginea concepției despre femei sau bărbați.

Managementul riscului sexual

Desigur, ca orice persoană tânără, și tu te simți stăpân pe tine. Ești sigur că ceea ce știi e corect, că alții au făcut ceea ce poți face și tu (cu rare excepții, care devin idoli pentru tine). Când e vorba de sex, te bazezi pe elementele pozitive care ar putea apărea în viața ta, iar părinții se bazează pe elementele negative care au apărut în viața lor. De aceea, părinții tăi se tem foarte mult ca nu cumva să ți se întâmple ceva ce s-a întâmplat deja în viața lor. Când un părinte intră brusc în alertă cu privire la ceva ce ai făcut tu, trebuie să știi că acel lucru seamănă cu ceva trăit de el. De asemenea, trebuie luat în calcul faptul că pe părinții tăi îi interesează și alte aspecte ale vieții, care pe tine nu te interesează deloc: ce vor zice vecinii, cunoscuții sau prietenii cu care se compară, cine-i va îngriji la bătrânețe dacă tu te comporti astfel încât să te renege, ce se vor face ei dacă imaginea despre copilul lor nu va fi confirmată deloc de realitate ș.a.m.d.

Să luăm drept exemplu cazul tipic de confruntare între părinți și adolescent, care are la mijloc riscul sexual. Pentru o fată, riscul sexual enunțat de părinți sună cam așa: acolo unde vrei să mergi vor fi tot felul de băieți necunoscuți, care

vor profita de tine pentru că tu nu știi ce trebuie să faci într-o astfel de situație („... doar noi știm”). Pentru un băiat, riscul este uimitor de asemănător, deși băieții sunt considerați de obicei agresori: o să întâlnești cine știe ce tipă versată care o să-ți sucească mințile și o să ne trezim cu un copil la ușă, ca să nu mai vorbim despre bolile pe care le poți lua. Cum ne împacă toate acestea cu senzația ta clară că poți orice?

În toată această situație plină de necunoscut, pe părinții tăi le-ar ajuta foarte mult să știe că mergi — în tabără, de exemplu — cu cineva cunoscut. Așa că nu ezita să le prezinți din timp cei mai demni de încredere oameni cu care vei avea de-a face în tabără... La asta mai poți adăuga două atitudini pe care trebuie să le adopți pe termen lung, pentru a câștiga încrederea părinților în capacitatea ta de a te confrunta cu posibile evenimente sexuale: comentează cu maturitate incidentele sexuale petrecute în jurul familiei voastre și menționează spontan ce-ai face într-o situație considerată periculoasă, folosind valorile părinților tăi.

Partenerul tău în ochii lor

„Vrem să-l vedem și noi”, vor spune părinții tăi, aflând că ai un prieten. De obicei, această pretenție nu își are originea în dorința părinților de a-ți controla viața în cele mai mici detalii, ci în nevoia lor de a se liniști în privința unui lucru nou, cunoscându-l. Nu-i nimic rău în asta. Problema survine atunci când, cunoscându-l, părinții încep să-ți critice prietenul cu insistență, pentru că (n-o să-ți vină să crezi) l-au așteptat îndelung, dar și l-au închipuit altfel. Iar tu poți să găzduiești foc apărându-l cu exces de zel. Mult mai bine ai face dacă ai critica și tu defectele prietenului tău, lăsând totuși să se înțeleagă că-l iubești cu toate acestea. Mai mult, ar fi foarte bine dacă ți-ai încuraja prietenul să-și autoironizeze defectele evidente, căci autoironia este una dintre rarele calități ale oamenilor inteligenți și echilibrați. Și, dacă vrei să-l pregătești pe deplin pentru confruntarea cu ai tăi, învață-l să menționeze, ca și cum ar fi ale lui, cele mai frecvente lozinci ale părinților tăi, precum: „Se vede că dumneavoastră

„îi vrei binele” sau „Există o ordine în toate; mai întâi învățătura” sau „În ziua de azi nu poți avea încredere în nimeni”. Iar dacă părinții lui îți sunt favorabili, nu ezita să le facilitezi o întâlnire cu ai tăi.

Cum să le schimbi convingerile

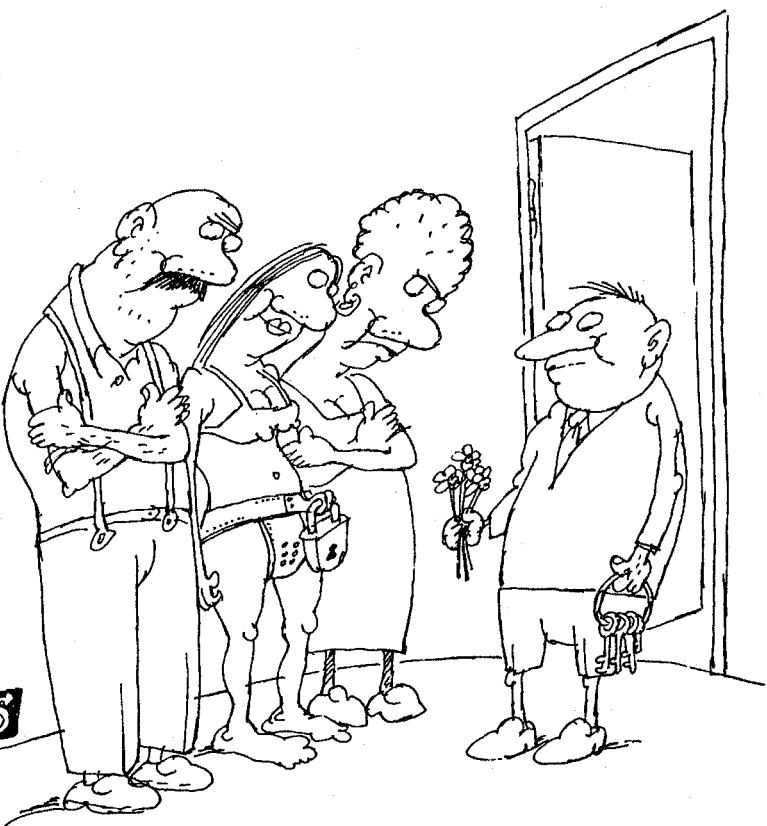
Tatăl este convins că orice băiat care se apropie de fiica lui e un răufăcător, sau că fata cu care umblă fiul său ar putea fi bună și pentru el, dar acest lucru nu e îngăduit de societatea în care trăim. Mama crede că băiatul cu care umblă fiica ar trebui să fie mai bun decât soțul de care a avut ea parte, sau că fata pe care o iubește fiul ei umblă cu dedesubturi. Aceste șabloane ale convingerilor personale sunt rezultatul unui mecanism al învățării, numit generalizare. Pur și simplu, s-a întâmplat ca, o dată în viața părinților tăi, un băiat să se comporte ca un răufăcător sau o fată să umble cu dedesubturi, și gata: toți tinerii sunt la fel!

Două feluri de discurs

Ca să influențezi convingerile cuiva, poți folosi cuvinte sau fapte. Dacă ți-ai propus să-ți schimbi părinții folosind discursurile, află că acestea sunt de cel puțin două feluri: informative și persuasive. Printr-un discurs informativ, poți să aduci la cunoștința părinților tăi anumite date cu un caracter obiectiv, care să dea impresia că nu sunt convingeri personale, ci provin de la alții, care știu bine ce fac.

Pentru a elabora un **discurs informativ**, trebuie să parcurgi mai multe laturi ale înțelegerii celuilalt, folosind următoarele tehnici:

- *elaborarea definițiilor* („Sexul este o cale de cunoaștere.”)
- *descrierea a ceea ce trebuie înțeles* („Uite, în telenovela asta, cei care se iubesc comunică mai mult prin sărut.”)
- *explicația*, fără a părea că ești superior sau te justifici („Adolescenții dansează așa de mult fiindcă vor să-și regăsească ritmul.”)



- *legarea necunoscutului de cunoscut* („Mai ții minte unde am fost noi astă iarnă? Acolo fac revelionul colegii mei.”)

- *întărirea informațiilor* importante, prin repetarea sau sublinierea lor afectivă („... și tot acolo merge și Raluca, verișoara mea care este premiantă!”)

- *implicarea auditoriului* („Am citit cartea pe care mi-ai cumpărat-o; e foarte bună, vorbește și despre sex.”)

În schimb, când e vorba de **discursul persuasiv** (adică influențarea opiniei cuiva folosind puterea de convingere), altele sunt tehnicile:

- e necesară o anumită *credibilitate* a vorbitorului, acesta trebuind să fie de încredere, profesionist, convingător prin gesturi și atitudini, curat din punct de vedere etic. Poate că această persoană nu ești tu și de aceea ai nevoie de un adult, un medic, un prieten mai vorbăreț etc.

- poți face *apel la audiență*, folosind fie mesaje logice („Și tu ai dormit în cort vara trecută, ceea ce înseamnă că știi despre ce e vorba”), fie mesaje afective („Sunt convins că în sinea ta ești pe deplin de acord cu mine”)

- poți aduce *argumente unilaterale* sau *bilaterale*, cele unilaterale fiind emise doar de pe poziția ta („E important să-mi cunosc prietenul mai bine”), iar cele bilaterale fiind emise și de pe poziția celui care te-ar putea contrazice („E important să-mi cunosc prietenul, dar și să învăț”)

După cum menționam mai sus, nu doar cuvintele pot schimba convingeri, ci și faptele. Ce sunt faptele convingătoare? Ele nu sunt acte eroice și nici travalii de ani de zile; acestea au nevoie de ode din partea altora sau de laudă de sine pentru a deveni câtuși de puțin convingătoare. Faptele convingătoare sunt gesturi sau atitudini cu putere simbolică și astfel vorbesc de la sine. Ele trebuie să fie sugestive, dar nu demonstrative, căci adesea cei mai în vârstă sunt foarte suspicioși față de „faptele făcute dinadins”. De exemplu, a face cadou o carte cu un anume conținut este un gest sugestiv, dar a nu mânca trei zile la rând este un gest demonstrativ... Și dacă tot vorbim de demonstrații, îmi vine în minte o categorie de sex care mi-e tot mai frecvent relatată de adolescenți sau părinții lor:

Sexul demonstrativ

Aproape întotdeauna, această atitudine sexuală survine pe fondul unei îndelungate presiuni psihologice efectuate de părinți asupra adolescentului din familie. Această presiune cuprinde două mesaje care par a se contrazice, având până la urmă un efect sinergic: „Tu nu trebuie să faci sex” și „Tu nu ești în stare să faci sex”. Aceste două mesaje din partea părinților declanșează motivația adolescentului de a face sex, motivație formulată fie: „O să-i pedepsesc pentru ce mi-au făcut”, fie: „O să le arăt că, dacă vreau, o fac.” Ceea ce se va întâmpla nu este o adevărată răzbunare — căci rareori părinții află ce s-a întâmplat —, ci un șir de evenimente cu efect de bumerang. Iată un exemplu:

Letiția era o fată ținută din scurt de părinți. Învăța bine, cerea voie de fiecare dată când voia să se plimbe, nu avea nici un prieten și totuși era pedepsită aspru pentru fiecare privire aruncată băieților. Știa de la părinții ei că nu este cea mai frumoasă din localitate, dar tare ar mai fi mers la discotecă, fiindcă repetase toate figurile de dans în oglindă. Într-o seară de vară, la îndemnul unui băiat, a sărit pe fereastra casei și, pentru că nu-și permitea să fie văzută la discotecă, a stat vreo cinci ore cu el în spatele unor clădiri. Deși îi era scârbă, frică și rușine, a făcut un sex oral stângaci cu acel băiat, pentru a răzbuna anii de teroare părintească, rămânând totuși virgină (avea 23 de ani). Curând, un băiat deosebit s-a ivit în viața ei; l-a prezentat părinților și, tocmai când aceștia păreau că-l acceptă, el a început să-i facă scene de gelozie extremă dintr-un motiv foarte dureros pentru amândoi: băiatul din noaptea cu pricina se lăudase tuturor prietenilor că Letiția îi oferise sex oral...

Ai făcut sex. Cum le spui?

Desigur, să faci sex este o chestiune de intimitate și, atâta timp cât ești pregătit din toate punctele de vedere — biologic, psihologic și social —, nimeni n-ar trebui să-ți ceară socoteală. A fi pregătit din punct de vedere biologic înseamnă a avea un organism matur, apt de reproducere, pregătirea

psihologică se referă la capacitatea de a te confrunta cu aspectele raționale și afective ale vieții sexuale, iar pregătirea socială constă în capacitatea de a alcătui un cuplu durabil și de a crește un copil.

Nu-ți mai bate capul; îți spun eu cum stau lucrurile: biologic ești pregătit cu siguranță, psihologic crezi că ești pregătit, dar social nu ești pregătit, căci depinzi de părinții tăi din punct de vedere material, iar despre căsătorie nici nu poate fi vorba. Iată de ce părinții au convingerea că viața ta sexuală ar trebui controlată cel puțin parțial de către ei. Dar, după cum am afirmat de nenumărate ori, ca adolescent îți începi viața sexuală pentru a cunoaște și nicidecum pentru a face copii. Părinții n-au de ce să se amestece în ceea ce faci pe parcursul vieții sexuale și de aceea nu trebuie să le dai detalii despre toate acestea. Rolul lor este să te ajute să te pregătești pentru viața sexuală și să te sprijine în confruntarea cu urmările ei. Și asta pentru că, după ce faci dragoste, se întâmplă adesea să se ivească unele consecințe de natură biologică (de exemplu, boli cu transmitere sexuală), psihologică (cum ar fi situația de „sedusă și abandonată”) sau chiar socială (părinții fetei impun căsătoria sau despăgubiri materiale), care necesită sprijin din partea părinților.

Cele mai frecvente fraze care-ți trec prin minte când trebuie să anunți un astfel de eveniment sună cam așa:

- „Tată, mamă, așezați-vă pe scaune să vă spun ceva!”
- „Îi spun mamei, că tata mă omoară dacă află!”
- „Îi las să se prindă singuri.”
- „Nu e treaba lor.”
- „Chiar dacă mă-ntreabă, le spun că n-am făcut nimic.”

Nu-ți pot recomanda vreuna dintre aceste variante, căci atitudinea ta trebuie să depindă de conjunctura din familie și de concepția părinților despre sex, pe care o poți estima și influența în modul arătat mai sus. Oricare atitudine vei aborda, e important să știi un lucru: viața ta sexuală te privește personal și poți destăinui unele detalii despre ea doar persoanelor în care ai încredere.

Educația sexuală

Personalitatea unui om are două componente: temperamentul și caracterul. Temperamentul este în bună parte format încă de la naștere, sub forma unor tendințe comportamentale. Gândindu-mă la temperament, îmi vine în minte imaginea a doi nou-născuți înfășați, așa cum era prezentată într-un tratat de psihologie: unul din tribul de indieni navajo, care stătea liniștit, părând că suportă orice; celălalt, din Caucaz, care țipa de mama focului ca să scape din strânsoarea scutecelor. La rândul lui, caracterul este cea parte a personalității care poate fi ușor influențată de evenimentele din jur și, ca atare, și prin educație (v. *Motivul sexual*). Nu e de mirare că o bună parte din caracterul tău constă în atitudini față de sexualitate, dobândite prin experiență sau educație sexuală.

Ce-ți poate aduce educația sexuală?

Informație. Cei care sunt obligați să-ți facă educație sexuală au, ca toți oamenii, nevoi taxonomice, adică de a clasifica și sistematiza ceea ce cunosc (v. *Actul de identitate*, vol. I). Așa se explică de ce mai toți vor începe cu anatomia aparatului de reproducere al omului. Mult mai bine ar face dacă ar oferi informația instructivă într-un mod interactiv, pornind de la situații reale trăite de elevi. De exemplu, atunci când un băiat se plânge că are sexul strâmb și deviat într-o parte e momentul să afle care sunt părțile componente ale penisului și care e poziția lui în lenjerie, când nu se află în erecție. Informația nu trebuie oferită în scopul de a limita opțiunile, ci pentru a oferi suficiente alternative, astfel încât cel tânăr să aibă libertatea de a lua o decizie informată.

Motivație. Procesul psihologic prin care o persoană își susține acțiunile se numește voință. Resursa voinței este motivația, adică ansamblul de argumente interne sau externe în favoarea sau defavoarea împlinirii unui anume lucru. Sexualității îi este specific faptul că cea mai mare parte a motivației este internă, având la bază instinctul sexual. La ado-

CAM ASTA ARI
TEORIA. ACUM SĂ
TRECEM LA PROBA
PRACTICĂ!
CINE SE OFERĂ
VOLUNTAR?

EDUCAȚIE
SEXUALĂ



lescent însă, instinctul sexual este încă dominat de cel al asimilării prin cunoaștere. Așa se explică de ce informația privitoare la sex este și un îndemn la experimentare, iar preocupările privitoare la sex pot deveni o bună motivație pentru a acumula cunoaștere.

Teamă. Mulți sunt convinși că a face educație sexuală înseamnă a-l învăța pe cel tânăr *să nu facă* anumite lucruri. Pentru a atinge astfel de deziderate, „educatorii” prezintă consecințele înfricoșătoare ale sexului, astfel încât să provoace apariția celui mai de temut dușman al dezvoltării: inhibiția (v. *Aș face-o, dar mi-e frică*, vol. I). De fapt, cea mai naturală formă de a sugera posibilitatea apariției unor situații riscante este umorul. Simulând cele mai vulnerabilizante aspecte ale realității, umorul are multiple avantaje: face ca situațiile să fie reversibile, te transpune în rolul cuiva fără să te afecteze, îți demonstrează superioritatea față de persoana ridiculizată etc.

Confuzie. Se întâmplă adesea ca mesajele transmise prin procesul educativ să aducă tot mai multe nelămuriri, așa cum o cunoaștere mai mare presupune mai multe întrebări. Confuzia se ivește atunci când există prea multe alternative, iar discernământul persoanei care le ia în considerație este insuficient dezvoltat. Tot confuzia se instalează și atunci când argumentele de natură rațională le contrazic pe cele de natură afectivă, situație care se numește *disonanță cognitivă*. Specialiștii în psihologie socială știu că această dificultate este des întâlnită în procesul de formare a atitudinii la adolescenți.

Formarea atitudinii

Atitudinea este o predispoziție învățată de a răspunde într-un anume fel unei situații sau unei persoane. Astfel, o persoană are anumite atitudini față de avort, sex prematural (sex înaintea căsătoriei), minciună, homosexuali etc. În formarea unei atitudini (de exemplu, față de folosirea prezervativului) intră trei componente:

- Componenta afectivă — se bazează pe ceea ce simți față de subiectul atitudinii („Îmi place să mă simt în siguranță când fac sex”);

- Componenta cognitivă — arată ce știi despre subiectul atitudinii („Știu că fără prezervativ pot lua boli și căpăta o sarcină”);

- Componenta comportamentală — se referă la gestul practic pe care îl adopți în situația respectivă („Am să-i spun partenerului că vreau s-o facem cu prezervativ”).

În cazul nostru, disonanța cognitivă se instalează între două dintre componentele enumerate mai sus. Pentru a le împăca, adolescentul va apela la unele compromisuri, cum ar fi:

- negarea uneia dintre componente: „De fapt, nu se poate lua nici o boală prin sex fără prezervativ.”

- găsirea unor noi argumente: „Te apără de boală, dar poți să rămâi frigidă cu prezervativele astea.”

- modificarea argumentelor: „Se poate lua o boală, dacă ai ghinion.”

Pentru a rezolva astfel de dileme, ai nevoie de persoane care, la rândul lor, să aibă atitudini limpezi cu privire la sex...

Autodidact în sex

Imaginează-ți scena în care o profesoară cu figură tipică de fată bătrână se străduiește să facă educație sexuală unei clase de adolescenți trecuți prin ciur și prin dârmon. Pentru ca ea să aibă șanse de a fi ascultată și utilă elevilor n-ar trebui să se poarte ca o fată, ci ca o adevărată femeie. Dar cum arată o femeie care vorbește despre sex?

Este misterioasă, nu se știu prea multe despre viața ei intimă. Cu toate acestea, în felul ei de-a fi se ghicește un element care-ți spune că a fost măcar cândva o persoană sexy. În plus, nu se miră de nimic; în viața ei a văzut destule, așa că nu se scandalizează când un interlocutor îi povestește o scenă rușinoasă. Ea delimitează instinctul sexual de cel matern, își cunoaște propria plăcere și recunoaște plăcerea altuia, dar când este cazul, știe să poarte de grijă cuiva. Când se confruntă cu un grup de băieți, femeia îl alege pe acela care este leader natural și îl determină să o respecte (v. filmul *Minți periculoase* cu Michelle Pfeiffer).

Cum se traduce peer education?

Gașca, anturajul, grupul — cum vrei să-i spui — este mica societate în care te afirmi. În engleză, cei de aceeași vârstă sunt denumiți printr-un termen specific: *peers*, iar *peer education* este o metodă de educație foarte modernă, referitoare la educația pe care ți-o fac cei de-o seamă cu tine. În terapia fricii la copii, una dintre cele mai eficiente metode este cea care implică alți copii. De exemplu, dacă unui copil îi este frică de câini, el poate asista la o scenă în care un copil de aceeași vârstă mângâie cu satisfacție un câțel. Ba mai mult, într-o societate bine structurată, persoanele vulnerabile pot beneficia mult de întâlnirile cu alte persoane care au aceeași problemă (de exemplu, grupurile de suport de tipul „Alcoolicii anonimi”, asociațiile celor care suferă de diabet etc.). În cazul vieții sexuale, educația făcută cu ajutorul celor de-o seamă trebuie să implice tineri bine informați, având la activ experiențe care să-i îndreptățească să țină un discurs persuasiv (v. *Cu părinții pe cap*).

4

Uneltele dragostei

Unii nu știu prea multe, alții — plictisiți de ceea ce au reușit în sex — caută noi tehnici de procurare a plăcerii (de exemplu, simulează... spânzurătoarea). Pușini sunt însă aceia care pot menține un echilibru între tehnică și sentiment. Îți vine să crezi că și în sex există măsură? Numai că măsura se dezvoltă o dată cu tine...

La liceul Iulia Hașdeu din București sunt mai multe fete decât băieți. Cei zece băieți care s-au adunat în amfiteatru la una dintre întâlnirile mele cu ei stăteau strâns uniți într-un colț al încăperii, dominați de cele peste 150 de colege. Așa cum se întâmplă invariabil la aceste întâlniri, unul dintre băieți avea o șapcă. Biletele care s-au strâns în ea atingeau subiecte precum abuzul sexual, infecția cu HIV, tehnicile sexuale, consumul de droguri. Aveam la mine o sacoșă cu prezervative și, la sfârșitul orelor de discuții, mă tot gândeam cum să le dau. Ușurarea a venit când una dintre fete m-a întrebat:

— Da' ce aveți acolo, dom' doctor?

— Prezervative de pomană, am răspuns.

S-au înfipt toți la ele imediat. Tocmai atunci, o fată mai slăbuță, cu un nas ascuțit și pistrui mă cheamă deoparte și mă întreabă:

— Domnule doctor, e adevărat că prezervativele scârțâie când le folosești?

— Cine ți-a spus asta?

— Prietenul meu. A zis că nu putem să folosim așa ceva, că e din cauciuc și scârțâie.

— Nu e deloc adevărat...

M-am îndreptat spre sacoșa cu prezervative, să desfac unul și să-i arăt că e bine uns cu lubrefianți și substanțe spermicide. Dar fata a dispărut repede, îngrozită de apropierea acelui obiect.

Pe unde se face sex

Pentru un băiat, abordarea unei fete are anumite „hopuri” pe care el simte că trebuie să le treacă neapărat: să-i spună că o place, s-o convingă să iasă cu el, s-o atingă... Dar atingerea nestingherită este pragul cel mai fierbinte, iar pentru a-l trece, băiatul crede că e necesar s-o păcălească pe noua lui prietenă, în așa fel încât să rămână singuri undeva. Unde?

„Te invit la o cafea!”

La mai toate întâlnirile importante (politice, de afaceri, ba chiar și științifice), puțină mâncare și băutură nu strică. Acest obicei are ca substrat psihologic asocierea dintre ceea ce este plăcut și ceea ce e obligatoriu. Pe același substrat se bazează și băiatul care, pentru a o seduce, îi oferă fetei alte plăceri decât cele erotice (v. *Întâlnirea*, vol I). De ce nu spune băiatul: „Te invit să facem sex?” În primul rând pentru că se teme că va fi refuzat. La rândul ei, fata știe că, dacă ar accepta o astfel de solicitare directă, ar lăsa o proastă impresie. Ar vrea să meargă la cafeaua aceea, dar în același timp vrea să fie sigură că nu se vor petrece lucruri necontrolabile. De aceea, i-ar prinde bine dacă el ar adăuga ceva de genul: „Stai cât vrei tu.” Singura întrebare care mai rămâne este: va respecta el această condiție?

Ca la mama acasă...

„Un adevărat bărbat respectă promisiunile făcute.” Aceasta e o frază care trebuie rostită cât mai des de fete. Dacă ești fată și te afli cu un băiat la el acasă, trebuie să știi că acolo îi vine cel mai greu să se țină de promisiuni. În schimb, dacă

sunteți la tine acasă, e bine să-i dai impresia că doar tu știi ce se poate întâmpla acolo, astfel încât incertitudinea să-l facă mai precaut și mai înțelept. Pentru el, obiectele cele mai excitante sunt cele care-ți aparțin ție, iar cele mai inhibante sunt cele ale părinților tăi.

Acasă la un prieten

Dacă ești băiat, orice loc izolat ți se pare a fi bun pentru a face dragoste. Și cum prietenul la nevoie se cunoaște, nu vei ezita să-i ceri cheia garsonierei amicului tău pentru a merge acolo cu o fată. Bineînțeles că, o dată cu înapoierea cheii, va trebui să-i răspunzi și la întrebarea: „Ei, cum a mers?” Păi, cum să meargă? Destul de presant, din moment ce timpul era limitat, iar acel teritoriu nu era al tău. Poate nici nu bănuiești, dar o fată se atașează mult de locul în care face dragoste. Nu degeaba, după ce o săruți sub un copac, ea îți trimite un bilet pe care scrie: „Îți mai amintești de copacul acela? Simt că este copacul meu, numai al meu...” Și mai îngrijorător e faptul că fetele au un simț care le permite ca, pornind de la ambient, să-și imagineze prezența celui care l-a creat.

Locul ideal

Pentru a-și menține cuplul un timp cât mai îndelungat, partenerilor adulți li se recomandă să dea dovadă de creativitate. Și atunci, primul lucru pe care îl înțeleg ei să-l facă e dragostea în bucătărie sau în poziții cât mai contorsionate. În cazul celor tineri, lucrurile stau cu totul altfel: creativitatea cade pe locul doi, iar pe primul loc se află nevoia urgentă de a avea un răspuns la întrebarea: „Oare se găsește undeva un loc și pentru noi?” Pentru un lucru atât de delicat ca erotismul, locul de desfășurare trebuie să fie cât mai aproape de ideal, îndeplinind următoarele condiții:

1. Să fie curat și să aibă măcar o baie. Acest lucru e important nu doar pentru că prin spălare pot fi prevenite o serie de boli, ci și pentru că foarte adesea o fată simte repulsie față de propriul corp, impurificat de transpirație, secreții genitale și de actul sexual în sine.

2. Să ofere intimitate. Fetele ar trebui să știe că, încuind ușa, un băiat nu urmărește neapărat s-o violeze, ci poate doar să ferească acel spațiu de incidente care l-ar inhiba și pe el. Dar intimitatea nu se rezumă doar la un spațiu închis, ci la unul suficient de delimitat de al altora. Cum arătam mai sus, fata ar trebui să aibă senzația că acel loc îi este dăruit, iar băiatul ar trebui să simtă că poate controla totul. Pe lângă intimitatea celor doi, ar trebui să existe și un loc separat, dedicat intimității fiecăruia.

3. Ambientul trebuie să fie adaptabil. Mașina ideală pentru un băiat este aceea care are scaune atât de reglabile, încât se poate face lejer dragoste în ea. Fiind un „instrument” stăpânit de băiat, nu e de mirare că mașina găzduiește atâtea episoade erotice. Grijă de a pune la loc obiectele după ce ai făcut dragoste este frustrantă. Cearșaful pătat este un coșmar al multor fete, iar vaza spartă îi stresează pe mulți băieți bine crescuți.

Lumina trebuie subordonată intimității. Întunericul total este o sperietoare pentru mulți, iar lumina puternică este inhibantă. Cea mai potrivită este lumina discretă, situată cât mai jos, care instituie o atmosferă crepusculară.

Unde nu te aștepți

Multor adolescenți li se pare că cel mai bun loc de a face dragoste este „acolo unde-ți vine”. După cum vei vedea mai jos, nu numai băieților „le vine”, ci și fetelor. Lor le place să fie surprinse de locul și momentul propunerii erotice, dar nu uitați că o fată ține minte ani de zile unde și când a făcut dragoste. Iată câteva informații despre locurile „trăsnite” în care se poate face dragoste:

- În apă. Cei doi se simt învăluiți de mare (de exemplu!), dar secrețiile genitale atât de utile alunecării înăuntru sunt spălate și de aceea penetrarea poate fi dureroasă.

- În mașină. Mașina este teritoriul băiatului, dar fata nu se poate desfășura pentru că nu se simte în siguranță și nu are baie.

- Sub cerul liber. Este o situație foarte romantică, dar atenție la timpul petrecut în frig, căci o față face ușor anxi-tă dacă stă cu bazinul pe ceva rece!

- În fân. Este de-a dreptul afrodisiac, dar atenție la con-tactul direct cu praful și polenul, care pot da reacții ustu-rătoare mucoaselor genitale și pielii transpirate.

- La toaletă. Este vulgar, dar și insalubru; acolo trăiesc toți germenii care pot afecta zona genito-urinară...

Pentru că tot am vorbit despre toaletă, mai avem de lă-murit câteva lucruri. Dacă s-ar pune camere de luat vederi prin toaletele liceelor, imaginile ar depăși imaginația ori-cărui iubitor de filme erotice. Pentru un băiat, toaleta este teritoriul exprimării genitalității (v. *Genitalizarea*, vol I), e lo-cul în care el își evaluează de fiecare dată „dotarea”. Pentru o fată, toaleta este un loc al curățeniei, al ajustării aspectului exterior. Cum ar putea aceste două toalete, atât de diferite, să găzduiască același moment de tandrețe? Dacă ar dori în-tr-adevăr să corecteze această aberație, directorii liceelor ar trebui să le ofere elevilor un loc de întâlnire cât mai compartimentat (de genul vestiarelor), care să găzduiască o inti-mitate mai puțin legată de zona genitală.

E timpul să...

Pe la ora 11 a.m., tânăra soție a lui Răzvan obișnuia să-i dea acestuia un telefon la serviciu. „De ce m-ai sunat?” întreba el, pe un ton de om deranjat din treburile. „Așa, mi-era dor de tine...” răspundea ea, întinzându-se.

Într-o zi, Răzvan s-a supărat rău, gândindu-se că soția lui a început să-l controleze prin telefon. Și, pentru că era un băiat deștept, s-a gândit să-i facă o surpriză și a dat o fugă pînă acasă, exact la ora 11. Când s-a deschis ușa, a apărut în prag soția lui, foarte răvășită, cam ca în ziua în care au făcut dragoste pentru prima dată. Au făcut dragoste și de data asta, el cu gândul la faptul că făcea sex în timpul progra-mului, ea bucurându-se că face dragoste exact atunci când îi vine, și a fost minunat.

Pentru unii, cea mai „cu chef” oră este una din cursul dimineții, după un vis erotic sau o erecție matinală; dezavantajul este că cei doi nu se simt prea curați. Altora le vine „cheful” mai mult seara, după o cină romantică, pentru că pot dormi liniștiți după aceea; dezavantajul îl poate resimți el ca oboseală. Alții fac dragoste atunci când se bucură de ceva (o tânără pereche îmi povestea cum „o făcuseră” pe mai toate obiectele noi pe care le cumpăraseră în casă). Pentru unii, cel mai plăcut sex are loc atunci când se împacă, după o ceartă puternică. Nimeni nu îți poate impune ora de dragoste, iar pentru cuplul vostru cel mai bine ar fi să deții tehnica prin care să-l determini pe celălalt să vrea și el atunci când vrei tu, sau măcar să fii lângă el atunci când îi vine...

Sexul legat de pat

Unul dintre pacienții mei, om cu o educație aleasă și cu o părere bună de sine însuși, era îngrozit de ideea că prietena lui ar putea să-i ceară să facă dragoste altundeva decât în pat. I se părea că, dacă ar face dragoste în picioare, ar face două lucruri deodată. Că erecția lui nu poate supraviețui decât în perimetrul securizant al patului, iar despre rostogolit nici nu putea fi vorba... Dacă ar fi știut el că în urmă cu vreo 5–6 mii de ani oamenii făceau dragoste numai în picioare, ar fi părăsit specia noastră! De fapt, patul este un loc important mai ales pentru erotismul fetelor (v. *Pregătiri pentru sex*, vol I). Ca un adevărat simbol al cuibului, el este pregătit îndelung și apărat de intervenția altor persoane de același sex. Dacă până acum te gândeai să faci dragoste numai în pat, schimbă-ți mentalitatea! Patul simbolizează și o serie de alte aspecte nepotrivite cu sexul, cum ar fi rolul de bolnav, atitudinea pasivă și rutina cotidiană.

Despre poziții

Omul manifestă tot felul de ciudățenii fiziologice. Merge în două picioare, deși nu a fost proiectat să meargă așa. Ungھیile și părul îi cresc nelimitat (v. *Părul ca un steag*, vol I).

Instinctul sexual este permanent activ, iar femeile au himen și ciclu lunar. Oamenii nu se mulțumesc să se împerecheze într-o singură poziție, doar cu scopul de a procrea. Ei caută plăcerea cu orice chip, iar pentru asta sunt dispuși să se așeze în toate felurile.

Intervenția simțurilor

Când fac dragoste, pe lângă ceea ce simt în sfera genitală, cei doi vor să vadă, să audă, să guste, să pipăie, chiar să perceapă poziția diverselor părți ale corpului. Acesta este principalul motiv pentru care partenerii simt nevoia să se așeze într-un anume fel. De altfel, diversele poziții pot fi preferate în funcție de motivele cuplului de a face sex: dacă cei doi vor un copil, le sunt recomandate pozițiile care favorizează fertilizarea; dacă urmăresc împlinirea iubirii lor, vor accepta pozițiile mai romantice; dacă vor doar să simtă plăcere, vor căuta o diversitate de poziții. Mass-media are o singură atitudine față de sexualitate: oferă din abundență imagini și descrieri ale diverselor poziții sexuale, în scopul de a exploata dorința de plăcere a publicului. Așa se face că oamenii ajung de multe ori să facă sex doar pentru a reproduce o imagine văzută la televizor... De ce oare nu sunt făcute cunoscute la scară largă acele atitudini care exprimă împlinirea iubirii prin sex?

Când partenera e virgină

Trebuie să lămurim de la început un lucru: în cazul primului contact sexual, nu poziția este cea mai importantă, ci dorința fetei de a face dragoste cu acel băiat. Degeaba este poziția cum scrie la carte, dacă acea fată nu simte nici cea mai mică dorință de a trăi acele momente. Cea mai favorabilă poziție în acest caz este cea care expune cel mai bine organele genitale externe ale fetei. Ea va sta pe spate, cu picioarele atârând și cu bazinul cât mai aproape de marginea patului, astfel încât muntele lui Venus să fie cel mai înalt loc de pe corpul ei. (v. *Intromisiunea*, vol I). Este important

ca băiatul să nu se așeze cu toată greutatea peste parteneră, astfel încât ea să-și poată modifica poziția corpului după cum simte că e mai bine, iar el să poată simți momentul în care ea ridică coapsele spre abdomen pentru că o doare prea tare.

Când partenerul e virgin

Cea mai frecventă dificultate a unui băiat virgin este faptul că nu știe exact care este locul intromisiunii și ce se întâmplă cu sexul lui pe parcursul aceluia eveniment. De aceea, pozițiile cele mai potrivite sunt acelea în care partenera poate atinge zona lui genitală pentru a „ghida” intromisiunea, procedeau prin care penetrarea devine mai accesibilă (de exemplu, ambii parteneri stau culcați pe o parte). Dacă ambii parteneri sunt virgini, atunci primează „interesele” partenerei; în ceea ce privește „interesele” lui, acestea pot fi satisfăcute printr-o mai îndelungată perioadă prealabilă de *petting*, incluzând contacte genitale fără penetrare (v. *Repetiție generală cu Mr. Petting*, vol. I).

Scurtă listă a pozițiilor

1. Poziția clasică, „a misionarului” este preferată de multe femei pentru că le oferă un sentiment de dominație din partea partenerului, aceasta fiind considerată și poziția „normală”. Dezavantajul ei este că partenera nu se poate mișca liber, exprimându-se atunci când simte nevoia să o facă.

2. Poziția „pe la spate”, cu ambii parteneri în genunchi, dă mai multă libertate mișcărilor, dar depinde de lungimea coapselor celor doi, care ar trebui să se potrivească astfel încât penetrarea să fie suficient de profundă.

3. Variantele poziției de mai sus în care ambii parteneri se lasă spre spate, sau se apleacă în față astfel încât femeia își lasă toracele mai jos, ajungând să fie aproape culcată pe burtă. În acest caz, ea ar trebui să aibă o pernă sub abdomen, penetrarea fiind altfel prea superficială și chiar dureroasă.

4. Poziția „pe la spate”, cu ambii parteneri în picioare este preferată de băieți, pentru că unora le place să vadă fun-

dul unei femei așa cum este prezentat de mass-media, altora le place să-și umilească partenera reducând-o la statutul unei femei oarecare, iar alții nu vor să fie priviți de ea. La rândul ei, fata se simte sclava egoismului partenerului, alteori îi place pentru că vrea să încerce ceva vulgar sau rezervat celor „avansați”. Senzațiile ei sunt mărginite la stimularea profundă, căci în această poziție clitorisul nu este stimulat în nici un fel. Pentru o bună penetrare, e necesar ca partenera să stea ușor îndoită, astfel încât bazinul să fie dus mai în spate; de aceea, ea trebuie să se sprijine de ceva aflat în fața ei, fiind susținută măcar cu o mână de partener.

5. Când femeia se află deasupra, ea are posibilitatea de a se mișca liber; numai că o femeie care nu știe prea bine ce-i place, nu se poate mișca liber și nu dorește să fie văzută în această postură. Această poziție e bună pentru trecerea dinspre orgasmul superficial oferit de masturbare spre orgasmul intravaginal controlat de ea. Adesea, mai ales când partenerul are o erecție ceva mai slabă, în această poziție poate fi stimulat cu succes și punctul G.

6. Pozițiile în care picioarele partenerei sunt ridicate permit un acces lejer la zona ei genitală; nu e de mirare că aceasta este poziția necesară unui consult ginecologic. Unii bărbați se dau în vânt după poziția în care picioarele femeii stau pe umerii lor, dar ar trebui să știe că ea obligă partenerul să fie deosebit de „gentil”, căci o penetrare bruscă și prea profundă poate da dureri foarte mari. O variantă a acestei poziții așază femeia pe spate pe o masă; de multe ori e vorba de fapt despre un birou, caz în care bărbatul ar trebui să știe că plăcerile ei nu i se datorează lui, ci mai degrabă ambientului...

7. Celebra poziție „69” este cea în care fiecare dintre parteneri stă cu capul către zona genitală a celuilalt, oferindu-și sex oral reciproc. Ea se poate desfășura cu partenerii culcați pe o parte, sau cu unul dintre ei stând deasupra. Aceasta din urmă este cea mai incomodă poziție, atât pentru bărbat, care nu are un bun acces la clitoris, cât și pentru femeie, care nu poate acționa liber. Nu este recomandabil să se parcurgă un întreg act sexual în această poziție, căci nici unul din-

tre parteneri nu poate savura pe deplin ceea ce face sau ce simte celălalt.

După cum se vede din lista de mai sus, diversele poziții sexuale vizează în primul rând așezarea femeii pentru penetrare, transformând-o într-un obiect sexual, și lăsându-i lui rolul de consumator de sex egoist. De fapt, din moment ce bărbatul caută mai degrabă imaginea erotică, femeia este aceea care simte o diversitate mai mare de senzații atunci când face dragoste și acesta trebuie să fie motivul de a aborda o poziție sau alta. De asemenea, un factor care ar trebui să determine alegerea unei poziții anume este locul în care se desfășoară actul sexual, precum și stadiul în care se află cuplul respectiv.

Sexul „sportiv”

Pe lângă pozițiile enumerate mai sus ca fiind cele mai răspândite, cei doi parteneri mai pot încerca o infinitate de atitudini corporale pe parcursul contactului sexual. Uneori, ei doresc să facă ceea ce n-a mai făcut nimeni sau ceea ce ei înșiși n-au mai făcut până atunci. Rezultă adesea un efort postural intens, bizar și inutil, dar care are rolul de a exprima virilitatea lui și capacitatea ei de a tolera situațiile extreme. Un exemplu potrivit de poziție „sportivă” este cea în care bărbatul stă în picioare, femeia fiind încolăcită în jurul lui. Deși în zona genitală nu se petrece mare lucru, senzațiile sunt puternice, pentru că sunt însoțite de efort și de inedit.

Mișcări erotice

Omul nu-și poate percepe cu exactitate propriile mișcări, deși are la dispoziție o schemă corporală — un fel de hartă a părților trupului — și un simț proprioceptiv, care îl informează în ce poziție se află diversele sale segmente corporale. Rămâne ca ceilalți să aprecieze dacă mișcărilor tale sunt armonioase, senzuale sau dacă degajă forță. În erotism, mișcarea este aceea care armonizează trupurile prin ritm, intensitate, alternanță...

Mișcările ei

Din păcate, concepția contemporană cu privire la sexualitate așază femeia într-o poziție plăcută bărbatului, permițându-i acesteia să se miște prea puțin. Pe parcursul preludiului, femeia este cea mai receptivă și poate de aceea mișcările ei sunt în cea mai mare măsură declanșate de mișcările lui. Pe măsură ce situația erotică evoluează, ea caută acele poziții și mișcări care să amplifice sau măcar să continue plăcerea simțită. La rândul lui, bărbatul trebuie să țină cont de acele momente și să-și adapteze mișcările la ceea ce trupul femeii cere. O dată ce a prins curaj și încredere în sine, orice fată începe să facă mișcări din bazin, fie în lateral, fie de rotație, astfel încât să obțină stimularea unei suprafețe genitale cât mai mari. Dar poate că cea mai senzuală mișcare pe care o poate face o femeie pe parcursul unei partide de sex este aceea de retragere după o penetrare profundă, când ea își poate contracta musculatura intrării în vagin, oferind astfel o senzație tonică partenerului.

Mișcările lui

Trebuie spus de la început că mișcările sexuale ale majorității băieților au două „defecte”: grabă și lipsă de sincronizare cu partenera. În ceea ce privește graba, ea este una dintre cauzele ejaculării precoce și ale insatisfacției partenerei. Ceea ce nu știu băieții este că partenera nu dorește neapărat o mișcare alertă, cât mai degrabă prezența partenerului în intimitatea ei; de aceea, după penetrare, unele fete spun: „Oprește-te și hai să dormim așa!” Contrar convingerilor generale, bărbatul nu trebuie să facă doar viguroase mișcări înainte și înapoi; mult mai apreciate sunt cele laterale pe fondul unei lente penetrări profunde. Cea mai „eficientă” mișcare este aceea care aplică mai multă presiune pe peretele de sus al vaginului, acolo unde se află de altfel și clitorisul.

Concertul celor doi

Pe parcursul preludiului este importantă alternanța inițiativei în mișcări: întâi unul dintre parteneri acționează, iar

celălalt gustă ceea ce primește. Când adună atâta plăcere încât simte nevoia să facă ceva, cel receptiv își schimbă rolul, devenind parte activă. Pe măsură ce erotismul celor doi devine tot mai intens, această alternanță devine tot mai strânsă, până când se transformă într-o sincronizare perfectă. Cel care trebuie să se adapteze ritmului partenerei este bărbatul, căci el are atât inițiativa, cât și un orgasm „garantat”.

Cum te poate răni mișcarea

Mișcările bruște nu trebuie făcute decât în condițiile unei foarte bune lubrefieri a zonei genitale; altfel, antrenând după el țesuturile moi superficiale ale femeii, sexul bărbatului poate deveni o adevărată „armă albă”. La rândul ei, femeia trebuie să evite o îndoire bruscă și accentuată a penisului aflat în erecție puternică. Un alt detaliu demn de luat în seamă este că mișcările copulatorii nu trebuie efectuate cu orice preț vreme de minute în șir; adesea, ele pot duce la iritații grave ale mucoasei genitale din cauza frecării de părul pubian și a distensiei părților moi. În timpul actului sexual, partenerei nu-și dau seama de acest lucru, dar la câteva minute după el, începe să le pară rău că nu s-au oprit la momentul potrivit.

Erecția ca unealtă

Erecția este una dintre dovezile unui bun echilibru funcțional al bărbatului. Ca orice echilibru, și acesta este dependent de foarte mulți factori: o bună imagine de sine, sănătate fizică, suficientă energie, bună dispoziție, motivație, excitație locală etc. Procesul intrării în erecție se bazează pe umplerea cu sânge a unor spații rigide și fără ieșire. Contrar prejudecăților, acesta este mai mult un proces de relaxare, decât unul de încordare; tot contrar unor zvonuri, omul nu are nici un os în interiorul sexului (cum au, de exemplu, câinii) și nici nu-și poate crește erecția scremându-se.

Priapismul

Se spune că regele antic Priap obișnuia să se plimbe prin palat fără să se jeneze de erecția lui evidentă. De aici își trage numele una dintre cele mai penibile tulburări genitale masculine: priapismul. El constă în instalarea unei erecții durabile, de o tensiune maximă, pe perioada mai multor ore sau zile. Această erecție este dureroasă, iar un eventual act sexual nu face decât s-o facă și mai dureroasă. Cauzele priapismului sunt diverse: boli ale măduvei spinării, boli vasculare ale zonei genitale, boli infecțioase — precum sifilisul —, dar și o masturbare intensivă, de mai multe ori pe zi, poate duce la un priapism tranzitoriu prin suprastimulare locală.

Erecția reflexă

Cea mai „nevinovată” erecție este cea pe care un băiat o constată în majoritatea dimineților, la trezire. Ea este semnul că acel băiat are un bun tonus genital, chiar dacă, întâlnind o fată dispusă să facă sex cu el, acest „semn” dispare ca prin minune. Erecția reflexă este provocată de un „joc” al dominanței dintre cele două componente ale sistemului nervos vegetativ: componenta simpatică și cea parasimpatică. În timpul trezirii matinale, centrul reflex al erecției, situat în măduva spinării din zona sacrală, este activat de sistemul nervos parasimpatic fără să mai fie nevoie de stimuli de la nivelul creierului și nici măcar de stimuli locali.

Din intimitatea erecției

După cum ai văzut mai sus, componenta cea mai simplă a erecției tale este arcul reflex dintre penis și măduva spinării. Acest arc reflex conține: stimulul de la periferie, calea de transmitere către măduvă (un nerv), centrul sacral al măduvei, calea de transmitere către periferie și organele efectoare (vasele de sânge). Astfel, în plăcutele momente ale masturbării, stimulii produși prin frecare ajung la centrul sacral din măduva spinării, iar de acolo se trimite impulsul

suri nervoase către rețeaua de artere din corpii cavernoși ai penisului; acestea se relaxează și aduc tot mai mult sânge care va umple corpii cavernoși. Din cauza presiunii sângelui, venele locale sunt pur și simplu gătuite și nu mai permit plecarea sângelui, care astfel se acumulează la presiuni tot mai mari. Pe măsură ce stimularea locală continuă, în centrul din zona lombară a măduvei spinării sunt acumulate impulsuri ce vor depăși pragul de excitație al neuronilor care se ocupă de ejaculare. Ei vor descărca niște comenzi, ducând la contractarea ritmică a căilor de evacuare a spermei — canale deferente și prostată — expulzând astfel o parte a spermei acumulate în testicule. Aceasta este baza reflexă a erecției și ejaculării.

În acest mecanism poate interveni cu succes și creierul. El poate controla funcția măduvei spinării în așa fel încât pentru declanșarea erecției să nu mai fie necesari stimuli locali, ci impulsuri cerebrale, cauzate bunăoară de percepția vizuală sau de închipuirea unei femei dezbrăcate. În mod normal, intervenția creierului poate produce singură o erecție, dar nu poate produce o ejaculare fără să existe stimuli locali, precum senzațiile tactile din timpul actului sexual. Sunt însă unii băieți care resimt atâta tensiune nervoasă, încât pragul de excitație al centrului sacral coboară foarte mult, declanșând o ejaculare la simpla apropiere de parteneră.

Erecțiile femeii

Femeia și bărbatul sunt făcuți din același aluat; doar un simplu detaliu genetic decide dacă vei arăta ca o femeie sau ca un bărbat. În rest, în corpul femeii se găsesc organe echivalente cu cele considerate în genere exclusiv masculine și viceversa. Acesta e și cazul clitorisului, un penis în miniatură, care poate îndeplini aceeași funcție erectilă, având la rândul lui corpii cavernoși și fiind inclus într-un arc reflex.

Un alt fel de erecție, manifestată ceva mai timid la bărbați și mult mai pregnant la femeile aflate în faza de excitație sexuală, este erecția sfârcurilor sânilor. Ea este una dintre

manifestările reflexe care semnaleză apropierea orgasmului, dar care este adesea ignorată de partener.

Ejacularea la sexul frumos

Poate că nimic nu este mai intrigant pentru băieți decât să afle din acest capitol că și femeile pot avea un fel de... ejaculare. Aceasta constă în expulzarea unei cantități mici de lichid pe uretra femeii aflate în plin orgasm. După unii cercetători, acest lichid seamănă cu lichidul seminal lipsit de spermatozoizi al bărbaților care au suferit o operație de vasectomie (v. *Când primești o sarcină...*). După alții, el nu e altceva decât o scăpare de urină datorată contracțiilor locale. În cercetarea acestui fenomen, lucrurile au mers și mai departe: locul de origine a ejaculării femeii este considerat a fi renumitul punct G (al lui Gräfenberg). Prezent la majoritatea femeilor pe peretele anterior al jumătății vaginului, punctul G are o funcție echivalentă cu cea a prostatei bărbatului. O dată stimulat, el declanșează o senzație de urinare, iar dacă stimularea continuă apare o plăcere intensă, care poate duce la un orgasm profund.

Tacâmul sexual

În viața celor tineri s-a dezvoltat în ultima vreme o întreagă subcultură, marcată mai ales de un limbaj adecvat diverselor situații care presupun o delimitare față de restul societății. Astfel, a apărut un limbaj folosit la școală, un altul utilizat în discuția dintre homosexuali, un altul specific consumatorului de droguri și un altul tipic pentru relațiile sexuale, mai ales cu o prostituată. Dacă discuți cu o persoană care practică sexul comercial, vei vedea că cel mai ridicat tarif este de obicei cerut pentru ceea ce se numește „tot tacâmul”.

Sexul oral

Nu întâmplător încep această descriere a „tacâmului” cu sexul oral; el este acela care s-a afirmat în ultima decadă în

rândul tinerilor din țara noastră ca fiind cea mai accesibilă formă de sex. Tot mai multe fete, chiar și virgine, îl acceptă înaintea sexului vaginal, din motivele următoare:

- nu lasă urme care pot fi constatate de ginecolog — parțial fals, căci după un sex oral poate rămâne pe durata mai multor ore un miros specific de transpirație genitală și eventual de spermă;
- nu necesită o ambianță specială — adevărat, cu precizarea că tocmai această ambianță are un rol esențial în instalarea plăcerii sexuale a femeii;
- nu prezintă riscul unei sarcini nedorite — adevărat;
- nu prezintă riscul transmiterii unor boli — fals, din moment ce sexul partenerului poate transmite candidoză, herpes și chiar HIV, dacă există leziuni sângerânde în gura ta. La rândul ei, gura găzduiește mai multe bacterii decât organele genitale și le poate transmite cu ușurință prin sex oral;
- oferă partenerului o dovadă de iubire — fals, căci sexul oral este un sacrificiu unilateral, care plasează femeia în poziția unui furnizor de plăcere. Curând, partenerul poate prefera sexul oral și, chiar dacă el nu va recunoaște, sexul vaginal va fi tot mai palid, ca și restul relației.

Locul sexului oral

Stimularea cu gura a zonei genitale masculine se numește felație. Atunci când felația duce la orgasmul bărbatului respectiv, cu ejaculare în afara sau în interiorul gurii, avem de-a face cu un adevărat sex oral. Dacă felația se petrece tranzitoriu, în cadrul preludiului, urmând ca orgasmul să se producă în alte împrejurări, avem de-a face cu o stimulare oro-genitală și nu cu sex oral. Pentru a preveni transformarea cuplului într-o relație de tip furnizor-beneficiar, partenerii trebuie să prefere stimularea oro-genitală și să lase sexul oral propriu-zis pentru situații speciale.

Tehnica felației

Aruncând o privire prin câteva filme pornografice, o fată poate înțelege o parte din subtilitățile acestei tehnici. Ceea

nu vede ea sunt tocmai detaliile cu o oarecare conotație negativă, pe care producătorii filmului nu pot sau nu sunt interesați să le prezinte. Iată câteva lucruri pe care o fată trebuie să le facă atunci când experimentează o astfel de tehnică:

În primul rând, trecând peste impulsul de a închide ochii, ea trebuie să privească sexul partenerului, pentru a se asigura că nu are leziuni care ar indica prezența unei boli transmisibile. În al doilea rând, mirosul de secreție veche ar trebui să dea de bănuț în privința respectului pe care îl are partenerul față de ea. Dacă a reușit să treacă peste aceste momente, ea va stimula sexul partenerului după cum o ajută imaginația, folosindu-și buzele și limba, iar dacă vrea ca stimularea să ducă și mai repede la orgasm, va folosi concomitent și mâna. Pe de altă parte, ceea ce nu vrea partenerul să simtă în acele momente este ascuțimea dinților ei. Femeia trebuie să refuze situația în care mișcările sunt făcute predominant de către bărbat, căci astfel crește gradul de umilință resimțit de ea, apărând riscul de a se declanșa reflexul de vomă, prin pătrunderea sexului în faringe. Reflexul de vomă apare și în situația în care, în lipsa unei convenții prealabile asupra ejaculării, jetul de spermă surprinde faringele neobturat de rădăcina limbii. În ceea ce privește folosirea prezervativelor în sexul oral, ea este contraindicată mai ales de către producătorii acestora, care știu că produsul lor poate fi lezat cu dinții și apoi introdus în vagin fără a mai avea o funcție protectoare.

Cunilingus-ul

Toți bărbații care solicită sex oral din partea unei femei știu că și ei ar putea să ofere același lucru, dar puțini o fac. Și mai puțini sunt aceia care simt o plăcere pe parcursul desfășurării acestei tehnici. Plăcerea pe care ar putea-o simți bărbatul este de fapt satisfacția de a vedea cum partenera este adusă într-un timp scurt dintr-o stare de indiferență într-una de excitație fierbinte. Obstacolele pe care le resimt bărbații în fața acestei tehnici sunt:

- periclitarea statutului lor de beneficiari ai sexului;
- prezența secrețiilor genitale cu miros și gust specific;
- necunoașterea zonei și a efectelor pe care le produce stimularea orală.

În privința tehnicii *cunilingus*-ului, ea constă în folosirea limbii și a buzelor partenerului pentru stimularea organelor genitale ale femeii. Accentul se pune pe abordarea clitorisului, care prin natura lui are nevoie de atingeri fine, umezeală și căldură. Pentru a evita oboseala prin folosirea exclusivă a limbii bărbatul trebuie să folosească mai degrabă mișcările capului, ținând limba într-o poziție favorabilă. Aici trebuie amintit că nu toate femeile se dau în vânt după *cunilingus*, majoritatea preferând tandrețea extinsă asupra întregului corp, inclusiv pe fața internă a coapselor.

O ultimă precizare: dacă pe parcursul unei partide de *cunilingus* îți dă prin cap să suflă în vaginul partenerei, considerând că-i vei oferi senzații deosebite, mai bine renunță, căci această manevră poate duce la moartea subită a femeii prin transportarea de către vene a unei anumite cantități de gaz până la nivelul inimii.

Sexul vaginal

Motivul pentru care sexul vaginal este considerat „sex normal” este foarte simplu: în vagin trebuie să ajungă sperma necesară procreării. Din această cauză, vaginul femeii este special construit pentru a-i oferi maximum de plăcere partenerului: este catifelat, are un tonus potrivit, capabil să se adapteze stării în care se află partenerii. Cu vaginul ei, o femeie poate face multe, mai ales dacă și-l cunoaște. Una dintre pacientele mele îmi spunea că, la sfârșitul actului sexual, obișnuiește să-și „mănânce” partenerul. „Cum așa?”, am întrebat-o. „Păi, fac niște contracturi cu vaginul ca și cum l-aș mușca de penis...” Deși este netedă, conformația sexuală bărbatului este asimetrică, cu glandul mai extins pe partea dinspre abdomen și mai redus pe partea dinspre picioare. La rândul lui, vaginul are o intrare mai strâmtă, este ușor curbat — în funcție de poziția uterului —, având niște

falduri în interior. Din aceste considerente, există numeroase poziții ale penisului în vagin, care pot da diverse senzații, mult mai nuanțate decât cele ale altor părți ale corpului. Vaginul unei femei sănătoase este mai curat decât gura ei și mult mai curat decât anusul ei. De aceea, a introduce în vagin un penis care a fost în gură sau, mai rău, în rect, prezintă un risc de infecție care este moderat în cazul sexului oral și foarte mare în cazul sexului anal.

Sexul anal

Poate nici o abordare sexuală nu ilustrează mai bine conceptul de perversiune de tehnică decât sexul anal cu o femeie. Deși se află în imediata apropiere, vaginul este neglijat în favoarea anusului pentru că:

- anusul oferă o mai puternică senzație de penetrare datorită orificiului său strâmt;
- partenerul suferă o umilință mai pronunțată;
- cei doi parteneri au convingerea că fac ceva deosebit.

Poate pentru unii este de prisos să menționez faptul că rectul este una dintre cele mai insalubre, dar și mai sensibile locuri ale organismului uman. Mai precis, în rect se află cele mai multe microorganisme care, ajunse într-un loc strâmt cum este uretra partenerului, pot da infecții severe. La rândul ei, mucoasa rectului este friabilă și neregulată, astfel încât se poate rupe cu ușurință. Aceste două amănunte recomandă cu putere folosirea prezervativului și a unui unguent pe bază de apă în penetrarea anală.

Sexul cu bile

Cele mai instruite dintre gheșele prezente la palatul imperial japonez în urmă cu trei-patru secole obișnuiau să facă exerciții temeinice pentru dezvoltarea musculaturii perineale și vaginale, astfel încât să devină amante perfecte din punct de vedere tehnic. Pe parcursul acestor exerciții, unele foloseau o pereche de bile de piatră sau metal bine lustruite, pe care le introduceau în vagin, mișcându-le în sus și-n

jos, ca într-o adevărată jonglerie. Deși astăzi dispunem de bile mult mai bine făcute, altele sunt metodele „educării” vaginului...

Manevra Kegel

În viața tinerelor de azi nu mai este importantă exersarea de dragul slujirii sexuale a bărbatului, ci mai degrabă cu scopul de a menține starea de sănătate a zonei genitale. După cum ați văzut în volumul întâi, la „lecția” *Despre fund*, manevra Kegel la femei constă în identificarea mușchiului pubo-coccigian prin întreruperea jetului urinei, urmată de exerciții zilnice de contractare a acestui mușchi în vederea întăririi planșeului perineal. O astfel de manevră exercitată zilnic îi va permite femeii respective să-și cunoască, mențină și controleze în bună stare musculatura din zona genitală externă, lucru important atât pentru dinamica sexuală, cât și pentru perioada din preajma nașterii unui copil. Din punctul de vedere al dinamicii sexuale, exersarea musculaturii perineale și vaginale îi permite partenerei să facă anumite contracții care îi vor da ei și partenerului senzații deosebit de plăcute.

Obiectele intravaginale

Presupun că, din pudoare sau datorită unui exagerat simț al ridicolului, unele fete nici nu se gândesc să aplice manevrele de tip Kegel vreodată. Altele se află însă la polul opus: după o oarecare perioadă de masturbare cu mâna, ajung să introducă în vagin diverse obiecte pentru a-și produce „senzații tari”. Diverse legume, tuburi de spray și alte obiecte de uz casnic sunt folosite pentru a reproduce senzația produsă de penetrare. Ceea ce trebuie să știe aceste fete este că pe suprafața acestor obiecte se află de cele mai multe ori proeminențe care nu se văd cu ochiul liber, dar care pot produce leziuni serioase mucoasei vaginului.

Vibratoarele sunt considerate obiecte aflate în uzul acelor femei care au cunoscut deja plăcerea contactului sexual cu un bărbat și vor s-o reproducă în absența lui. Precursorul

vibratorului este denumit în cultura europeană „dildo” și are o vechime considerabilă; dacă în trecut el era confecționat din porțelan, astăzi are componente de cauciuc și silicon, menite să imite cât mai fidel textura sexului bărbatului absent.

Dar, când e vorba de îmbunătățirile aduse aparatului genital, nici bărbații nu se lasă mai prejos. Unii își introduc pe uretră bile de rulmenți și alte obiecte pentru a-i produce partenerei senzații mai puternice în timpul actului sexual, iar acest lucru este bine cunoscut de către medicii urologi, care sunt nevoiți să-i opereze în regim de urgență.

Unde este uretra?

Dacă tot vorbim de chinurile suportate de uretrele unora dintre bărbați, să continuăm această discuție, pentru că ea va aduce probabil elemente noi pentru mulți cititori. Uretra bărbatului, sau calea pe care urina este eliminată din vezica urinară, este totodată și calea pe care este eliminată sperma cu ocazia ejaculării. Din această cauză, pentru a evita suprapunerea reflexului ejaculării cu cel al urinării, este nevoie de o „intersecție dirijată”: aceasta este situată în prostată, un organ musculos de forma și mărimea unei smochine, situat imediat sub vezica urinară. Prin contracția sa, prostata asigură în timpul actului sexual eliminarea spermei și totodată închiderea căii urinare. Multe fete sunt uimite să afle că, atunci când are o erecție sănătoasă, un băiat nu poate urina, pentru că prostata ține uretra închisă... La rândul lor, băieții ar putea fi șocați să afle că, în afară de metoda „clasică”, sperma lor poate fi recoltată de către un medic prin introducerea unui deget în rect și masarea prostatei.

Sub influența hormonilor masculini, prostata se poate mări o dată cu înaintarea în vârstă; această afecțiune se numește *adenom de prostată* și produce dificultăți de urinare la bătrâni, iar uneori poate degenera în cancer. Pentru a preveni aceste complicații, terapia include... hormoni feminini sau, după caz, operații chirurgicale. Dar să revenim la uretra băiatului.

Din cauza lungimii, a calibrului ei mic și a reliefului pe care îl are la capătul exterior, uretra se infectează destul de ușor cu germeni preluați din vaginul partenerei sau din alte locuri. Este suficientă o infecție mai serioasă pentru ca uretra să capete cicatrice care o vor strâmta mai mult, făcând urinatul foarte dificil pentru tot restul vieții.

La femeie, uretra este mai scurtă și mai largă, deschizându-se între clitoris și intrarea în vagin. Puțini băieți cunosc această localizare a ei și de aceea unii se străduiesc să-și penetreze partenera pe această cale, producând leziuni serioase. De altfel, situația ingrată în care se află uretra femeii o face pe aceasta vulnerabilă la o serie de afecțiuni precum infecțiile urinare ascendente sau alterarea micțiunii (funcția de a urina) prin slăbirea inelului muscular ce o înconjoară. O bună parte dintre femeile care nu și-au cultivat în tinerețe perineul prin exerciții precum manevra Kegel ajung la o vârstă mai înaintată să aibă pierderi de urină cu ocazia actului sexual sau pur și simplu cu ocazia statului în picioare...

Afrodisiacele

Visul oricărui băiat este de a aduce o fată în situația de a veni la el, dezbrăcându-se și propunându-i fără nici un ocol să facă sex cu ea. Dacă acest lucru s-ar întâmpla în realitate, mai toți băieții ar lua-o la fugă, ar începe să se bâlbâie sau și-ar pierde orice urmă de erecție. Dar băieții continuă să viseze, ba chiar se întreabă unii pe alții de unde să facă rost de niște cantaridă, pentru a-și pune visul în aplicare. Liniștiți-vă, băieți! Există afrodisiace mult mai eficiente decât cantarida, care au o acțiune naturală, specifică omului. Și încă un lucru: nu există afrodisiac adevărat; majoritatea preparatelor administrate cu scopul de a excita au mai degrabă un efect placebo, bazat pe autosugestie.

Feromonii noștri

Feromonii sunt substanțe secretate și eliminate în afara corpului pentru a facilita comunicarea între două animale

care s-ar putea împerechea. La animale precum câinii, bovinele, caii sau ovinele, feromonii sunt masiv eliminați prin urină și, o dată percepuți prin simțul mirosului, ei modifică în bună măsură comportamentul animalului receptor. Cum omul este unul dintre cele mai slab dotate animale în materie de miros, am putea specula că ceea ce îi atrage pe ei către potențialul partener sunt „feromonii” percepuți pe calea văzului sau auzului.

De exemplu, aspectul părului, caracteristicile sfârcurilor, descoperirea anumitor părți ale corpului sau ascultarea anumitor sunete cu conotație sexuală acționează ca adevărați feromoni pentru majoritatea celor ajunși la o vârstă propice vieții sexuale. Pe de altă parte, mirosul transpirației proaspete, inclusiv cel al transpirației genitale, pare a avea un efect afrodisiac pentru partenerii receptivi din specia noastră. Și, ca să fie și mai intrigant, cercetări recente au arătat că transpirația genitală a femeii aflate la ovulație (când este fertilă) are un miros mult mai excitant pentru bărbați decât cea obișnuită. E adevărat, excitabilitatea bărbatului expus la aceste mirosuri poate să nu fie conștientă. Conștientă este însă preferința femeilor pentru mirosul de mosc și preferința bărbaților pentru mirosul de vanilie, esențe considerate afrodisiace pentru cele două sexe, fiind exploatate din plin de industria parfumurilor. De altfel, se pare că utilizarea în exces a diverselor deodorante nu face altceva decât să elimine efectul feromonilor naturali care i-ar putea face pe parteneri să se simtă instinctiv atrași unul de altul.

Alimente afrodisiace

Prin țările cu largă ieșire la mare, stridiile sunt considerate alimente afrodisiace de primă mână; adevărul e că mai degrabă asemănarea cu niște testicule și consumarea lor în ambianțe romantice ar putea avea efect excitant mai ales asupra femeilor. De altfel, banana și cornul rinocerului sunt considerate afrodisiace mai mult din cauza unei asemănări cu falusul și mai puțin din cauza vreunui conținut misterios... Pe aceeași linie se plasează și alunele prăjite, țelina,

WELCOME!



vinul roșu sau șampania. Dacă am trecut la băuturi, trebuie menționat că alcoolul în sine are un fals efect afrodisiac, producând o dezinhibiție care va favoriza actele mai puțin cugetate. Consumat în cantitate mai mare, el va reduce mult calitatea actului sexual, provocând diminuarea senzațiilor și slaba coordonare a mișcărilor.

Afrodisiace „speciale”

Dintre droguri, utilizatorii laudă *marijuana* pentru efectul ei afrodisiac, probabil din cauza senzației de dilatare a timpului pe care o dă și care permite o mai detaliată trăire a plăcerilor sexuale. În ceea ce privește *heroina*, ea diminuează serios apetitul sexual, precum și performanțele sexuale ale majorității consumatorilor. *Nitritul de amil* este o substanță folosită pentru sexul anal mai ales în rândul homosexualilor. El dilată și relaxează sfincterul anal, producând totodată o dilatare a vaselor de sânge, care permite amplificarea plăcerilor locale. Același efect îl are și *nitritul de butil*, inhalat de obicei de cei care vor să resimtă plăceri sexuale mai intense. În ceea ce privește *cantarida*, ea este un praf obținut din „musca spaniolă”, are efecte afrodisiace prin reacții iritative la nivel genital și, o dată ingerată, poate fi deosebit de toxică pentru organism.

Medicamente

Solicitați pentru îmbunătățirea performanțelor sexuale ale pacienților lor, medicii n-au întârziat să studieze și să exploateze (mai mult în interes personal) o serie de medicamente cu aparent efect afrodisiac. Pentru că tot am menționat mai sus nitriții de amil și de butil, o grupă de substanțe asemănătoare este cea care stă la baza *viagrei*, celebrul remediu contra erecției insuficiente. Trebuie știut că efectele de dilatare a vaselor sanguine produse de acest medicament nu se mărginesc doar la zona genitală, ci se pot extinde și la vasele creierului sau ale altor sisteme din organism, producând dureri de cap, variații de tensiune arterială etc.

Un alt medicament folosit ani de-a rândul de către medici pentru a îmbunătăți dinamica sexuală a pacienților este *thioridazina*, destinată ameliorării simptomelor de precipitare a ejaculării și chiar unora dintre tulburările de erecție. Un medicament care ameliorează ejacularea tardivă și lipsa orgasmului la bărbat este *efedrina*. Trebuie menționat aici un lucru foarte important: administrat fără recomandarea medicului, thioridazina are efecte serioase asupra sistemului nervos, iar efedrina poate afecta grav activitatea cardiovasculară.

Ai nevoie de așa ceva?

Dacă luăm în considerare rațiunile biologice, afrodisiacele își pot găsi locul în viața noastră sexuală doar dacă au funcție de feromon specific omului. Dar, ca să fim sinceri, nevoia de afrodisiace vine de obicei din teama de contra-performanță a bărbatului. Înainte de a folosi sistematic un afrodisiac sau altul, gândește-te la următoarele neajunsuri:

- rezolvând o problemă în locul tău, afrodisiacul îți poate produce o dependență psihică; riști să nu mai poți atinge performanțe decât în prezența lui;
- cea mai mare parte a efectelor acestor substanțe nu sunt afrodisiace, ci de tip iritativ, dăunător pentru organismul tău sau al partenerului;
- afrodisiacul trebuie folosit de comun acord cu partenerul, altfel se transformă într-o înșelăciune care, o dată descoperită, vă poate despărți; imaginea bărbatului are mult de suferit când femeia simte că el are nevoie de „stimulenți” pentru a face dragoste cu ea.

Anafrodisiacele

Dacă afrodisiacele sunt căutate de cei care vor să facă sex mai mult (nu mai bine), în schimb alte persoane ar putea să caute substanțe care să le inhibe sexualitatea. Adevărul e că, pentru a putea face dragoste, organismul omului are nevoie de

un echilibru perfect; de aceea, orice intervenție asupra lui poate face dificilă „partida” de sex. Așa se explică de ce substanțele inhibitoare (anafrodisiace) sunt mai numeroase decât cele stimulatoare (afrodisiace).

Bromura cea rău famată

Ajuns în organismul uman, bromul are un efect sedativ, inhibitor asupra diferitelor forme de excitație. Un astfel de efect nu putea fi ignorat de către administratorii instituțiilor „totale”: închisori, cazarme, spitale de boli cronice etc. Ei au observat că apetitul sexual alterează comportamentul celor internați în aceste instituții. Astfel, în loc să respecte regulile și programul instituției, un tânăr preocupat de propria sexualitate va căuta un partener, îi va dăruia acestuia timpul și energia lui, se va strădui să obțină intimitate, bun gust, atractivitate, detalii care nu sunt pe placul administratorilor. Așa au apărut diversele bromuri în ceaiurile soldaților, deținuților și ale celorlalți tineri care au un program obligatoriu. Trebuie să menționez aici că bromurile au același efect sedativ și asupra femeilor...

Mai tare ca bromura

Nitratul de potasiu (salpetrul) a fost una dintre primele substanțe folosite pentru fabricarea... prafului de pușcă. După ce a fost folosit intensiv în această direcție, s-a observat că el mai are două efecte importante asupra omului: este diuretic (mărește excreția de urină) și inhibitor al performanței sexuale. Un alt „dușman” al sexualității masculine este *ciproteronul acetat*, care este capabil să scadă nivelul testosteronului la 30% din cel normal, reducând și producția de spermă la jumătate. El este atât de incisiv, încât a fost propus pentru „terapia” obligatorie a agresorilor sexuali.

Efecte secundare anafrodisiace

Pe lângă brom, mai există și alte substanțe cu efect sedativ, majoritatea diminuând predispoziția către sexualitate

prin ridicarea pragului de excitație a neuronilor și prin scăderea tonusului general al organismului. Medicamentele neuroleptice folosite în tratamentul unor boli psihice sărăcesc activitatea sexuală prin scăderea inițiativei. La rândul lor, unele medicamente folosite pentru tratamentul ulcerului, tensiunii arteriale sau alergiei pot avea același efect sedativ ca și bromurile.

Anafrodisiace fizice

După cum știți deja, pentru a se produce excitația locală a zonelor genitale, este nevoie de o dilatare masivă a vaselor de sânge, ceea ce se numește congestie. Un duș rece este capabil să reducă drastic congestia, micșorând astfel excitația sexuală locală. La scară generală, senzația de răcoare pe o suprafață întinsă intră în competiție cu stimulii sexuali locali, anulându-le efectul.

Un alt inhibitor al funcției sexuale este durerea produsă de orice factor fizic ce acționează în exces asupra organismului, deregând astfel acel echilibru fiziologic menționat mai sus. Mai sensibile la aceste acțiuni inhibitoare sunt femeile, care au nevoie de stimularea unei suprafețe mai întinse pentru a se excita, spre deosebire de bărbați, cărora le este suficientă și o stimulare locală în zona genitală.

Anafrodisiace psihice

Unul dintre cei mai tineri pacienți ai mei îmi spunea: „Atunci când voiam să nu mai am nici un chef de sex, mă gândeam la mama.” El avea foarte multă dreptate, căci figura mamei este una dintre cele mai „asexuale” prezențe în viața unui om ajuns la vârsta sexualității. Așa se explică de ce fața partenerei, amintind de cea a mamei, devine un adevărat gardian împotriva excitației sexuale a bărbatului. Din această cauză, bărbații caută să scape de fața partenerei închizând ochii, căutând întunericul sau preferând pozițiile în care partenera este abordată pe la spate.

Un alt anafrodisiac psihic cu acțiune asupra bărbatului este prezența altuia în viața partenerei, aceasta făcându-se

simțită mai ales prin relatarea unor detalii care conturează performanțele aceluia concurent. În ceea ce o privește pe femeie, anafrodisiace sunt toate situațiile în care nu sunt împlinite condițiile de siguranță, mai ales cele cu privire la viitorul relației.

A fi bun în pat

Ce înseamnă oare să fii bun sau bună în pat? N-am făcut nici un sondaj, dar simt că, în general, avem cu toții aceeași părere. Însă nu patul este cel care face un partener bun; nu în pat se vede dacă un om este talentat în sex, ci în tot ce face înainte de pat sau în jurul acestuia și în felul în care reușește să lase în mintea partenerului sau partenerei acel episod de viață.

Sexul ca „fenomen multimedia”

În primul rând, bun la pat nu este cel care se zvârcolește foarte mult din toate încheieturile, ci acela capabil să-i aducă partenerului un complex de percepții, care ating mai toate gamele senzațiilor umane. Băiatul bun la pat și mai ales fata bună la pat este o persoană care se mișcă într-un mod deosebit. În al doilea rând, bineînțeles că bună la pat este o persoană care miroase într-un fel anume, are o anumită culoare a pielii și chiar a hainelor care tocmai au căzut de pe ea. O persoană bună la pat este, de asemenea, cea care oferă privirii și atingerii anumite linii și forme din corpul ei în cele mai potrivite momente. Într-un fel, putem spune că acesta este un adevărat „fenomen multimedia” în sex, datorită căruia subiectul trăirii simte prin mai multe canale și are senzația de plenitudine.

Toate aceste „aspecte multimedia” ale persoanei bune la pat trebuie să-i creeze partenerului o senzație de adecvare, adică de inducere a impresiei că mirosul vine de unde trebuie și este cel care trebuie. Că ceea ce oferă el sau ea în pat se suprapune cu dorința partenerului. Și atunci se mai iversează o întrebare:

Bun pentru tine sau pentru celălalt?

Aceasta este o întreagă problemă; oamenii se chinuie de sute de ani să dea răspuns la această întrebare: cum e mai bine să fii în pat, egoist sau altruist? E bine să te gândești la plăcerea ta, pentru că astfel și celălalt va fi relaxat, dând frâu liber plăcerilor sale, sau e bine să te gândești la celălalt neglijându-te pe tine, sacrificându-te, uitând de persoana ta și slujind plăcerile partenerului?

Se pare că totul ține de personalitate. Aici nu e vorba de altruism, ci de impulsurile instinctive cărora o persoană le dă curs. Cel sau mai ales cea care se gândește la orgasmul său, ajunge să-și dorească atât de mult momentul, ba chiar să-l amâne atât de mult, încât se poate ajunge la o deteriorare a dinamicii sexuale, lucru deloc bun în pat.

Femeia bună la pat

O fată fără experiență nu este bună la pat. Și totuși, ea ajunge după un timp să spună: „Cel mai bun bărbat pe care l-am avut în pat a fost primul.” Acea fată ajunge să jure în fața primului prieten că nimeni nu e ca el. Îi spune chiar: „Ești atât de bun la pat, nici nu-mi închipuiam că poate fi așa de bine.” Mai târziu însă, apare femeia bună la pat. Din ce este alcătuită ea? Așa cum spuneam mai sus, în primul rând din mișcare și percepții. Din cele câteva filme sexy artistice pe care le-ați văzut în viața voastră, ați dedus, probabil, că o femeie simte plăcerea privirii și chiar a ceea ce urmează să facă încă dinainte de a fi dezbrăcată sau de a fi în pat cu partenerul ei. Acea este actrița căreia regizorul îi spune dinainte cum va fi sexul cu partenerul. Și în viața reală există regizori și actrițe; există chiar femei care au orgasm înainte de a se întâmpla ceva erotic concret. Mulți băieți spun că o fată bună la pat este o fată care face multe. Adică lărgeste paleta de tehnici sexuale și chiar ajunge să furnizeze plăceri interzise (sex oral, sex anal, sex în trei, sex în locuri bizare etc). Dar aproape întotdeauna o astfel de femeie bună în pat trăiește o dramă: drama femeii care oferă mult și nu primește în schimb suficient de mult.

Cum e văzut „armăsarul”

Un băiat poate avea performanțe incontestabile la pat generând totuși două tipuri de interpretări: e bun sau e obsedat sexual. Eu însumi am auzit o dată o bârfă prin spitalul în care lucram: o asistentă medicală îi spunea unei colege că soțul ei este obsedat sexual, vrea prea mult sex și are atâta imaginație, încât a extenuat-o. La câteva zile după aceea am auzit o altă bârfă emisă de o altă colegă, despre soțul aceleiași doamne, care — spunea bârfa — ar fi foarte bun la pat. Și era vorba de unul și același bărbat...

Unii consideră că, pentru a fi bun la pat, contează în primul rând să arăți feroce. Dar există oameni care sunt feroce abia când sunt descoperiți. Această posibilitate a devenit un mit modern: al bărbatului care, deși nu pare, e un „armăsar”. Ați văzut filmul Superman? Ați observat că purta ochelari, era anost, timid și nimeni nu știa că el e un Superman? Te uiți la el și nu prea crezi că poate; trebuie ca el să dovedească, sau tu să ai ceva experiență, un ochi profesionist și, mai presus decât orice, să încerci o relație cu el...

Imaginea de sine în pat

O persoană bună la pat este o persoană care are încredere în ea. Iar stima de sine are o importanță covârșitoare chiar și când faci colăcei pentru Crăciun. Din câte știu eu, cea mai mare încredere în sine, cu excepția celei pe care ți-o dă confirmarea ca partener, este aceea pe care o capeți când ești recunoscut ca fiind bun la pat. Este un fel de confirmare dusă „până-n pânzele albe”, cum se spune, care te face să te simți foarte bine. Iar dacă tu te simți bine, îl poți ajuta și pe celălalt să se simtă bine. Nu simțiți că ne învârtim în cerc?

Un om bun la pat este în primul rând bârfit. Se vorbește mult despre performanțele lui. În același timp este o persoană curioasă, spontană, dornică să-l cunoască pe celălalt. Și apoi mai e ceva: fiecare om vrea să știe dacă e bun la pat sau nu. De aceea, trebuie să știi că e bine să-i spui partenerului că e bun... Știți, bărbații ăștia parc-ar avea un buton unde-

va, în spatele urechii, și dacă le spui că a fost bine și că au fost buni la pat de vreo câteva ori la rând, e ca și cum ai fi apăsător pe buton, ei se schimbă și chiar ajung să fie buni sau să dea tot ce e mai bun din ei în pat. Nici nu știți voi ce importanță are acest lucru asupra vieții lui profesionale și a formării lui ca o persoană demnă de încredere, debordând de idei, creativă. Pentru patul acela el e în stare să cheltuiască energii nebănuite; există voci care afirmă că întreaga civilizație umană s-a clădit în jurul acestei dorințe a bărbatului de a-i dovedi femeii că el poate.

Cu magnetul în sân

Ce părere aveți despre femeile sau fetele care, prin faptul că sunt bune la pat, țin lângă ele un băiat dorit de multe altele? Iar acestea din urmă se întreabă nedumerite: „Cum poate el să stea cu aia? Cred că e bună la pat!” Ce credeți că face în pat de-l ține lângă ea ani de zile? Unii se gândesc că ea face tot felul de lucruri pe care o fată serioasă nu le-ar face niciodată.

Știu foarte bine din experiența de psihiatru că, dacă între o fată și un băiat despărțirea este iminentă, există tendința ca sexul să fie folosit forțat pentru menținerea partenerului. Atunci se naște o aparentă efervescență sexuală între cei doi, mai ales din partea celui care vrea să-și păstreze partenerul mai mult timp. Acesta recurge la o sumedenie de lucruri pe care nu le-ar fi conceput înainte și totuși se simte că e ceva fals în asta, iar sexul îi produce repulsie crescândă și un comportament evitant. În plus, ca fată trebuie să știi că, pentru a ține un partener legat de tine prin sex, trebuie să dai din ce în ce mai mult, mai ales la cerere.

Unii vor spune că încercarea de a ține o persoană în pat nu merge la infinit, dar să știți că uneori poate să dureze câțiva ani buni. Să fii bun la pat este o capacitate la fel de importantă ca și cea intelectuală. De multe ori, ea se bazează pe talent, dar aproape întotdeauna funcționează datorită percepției partenerului asupra ta.

Înlocuitori pentru sex

Pentru unii, sexul este un viciu. Pentru alții, preocuparea sexuală este o boală. Alții consideră sexul imoral, în timp ce alții sunt convinși că a face sex este un act pentru mai târziu. Pornind de la aceste convingeri, unii dintre cei care-ți organizează viața sunt în stare să-ți impună consumul de anafrodisiace. Cei mai mulți consideră însă, mai ales când ești adolescent, că ar trebui să înlocuiești activitatea sexuală cu alte activități. Chiar și tu însuși ai putea ajunge la concluzia că, în loc de a face dragoste, ai putea face altceva. Dar ce anume poate înlocui sexualitatea unui om?

Sportul?

De fapt, sportul nu face decât să faciliteze activitatea sexuală. Efortul fizic stă în strânsă legătură cu sexualitatea datorită unor substanțe numite catecolamine; adrenalina și noradrenalina sunt secretate în cantitate mai mare în organismul care urmează să fie supus unui efort fizic intens. Tot ele sunt secretate masiv și în cazul reacției de furie, care precedă adesea agresivitatea fizică (poate de aceea unii halterofili mimează furia înainte de a-și ridica greutățile). Dar tot pe catecolamine se bazează și o parte din pregătirea fizică pentru sex. De asemenea, un efort fizic sau o emoție puternică prealabile accentuează receptivitatea în fața unui posibil partener sexual.

Autoerotismul

Practica autoerotismului este echivalentă, în mare, cu actul masturbării, incluzând și obișnuința de a te considera cel mai accesibil partener al tău, de a îndeplini anumite ritualuri de autosatisfacere etc. Partea cea mai dăunătoare a autoerotismului se manifestă atunci când acesta înlocuiește toată activitatea sexuală propriu-zisă, cu un partener, iar aceasta se întâmplă în situații precum următoarele:

- partenerul este inaccesibil. În acest caz, masturbarea este o modalitate de a menține relația cu partenerul, dar în plan imaginar;



MĂ, NU
RISIPI
SĂMÂNȚA!

- masturbarea devine un sistem de compensare emoțională. Cu alte cuvinte, un băiat ajunge să se masturbeze fie pentru a-și alina necazul, fie pentru a-și oferi o recompensă pentru o nouă reușită;

- sexualitatea cu un partener este un domeniu înfricoșător. Din cauza unei stime de sine scăzute, sau a unor eșecuri și experiențe neplăcute, frica domină viitoarele relații sexuale „normale”.

O altă pasiune!

Dragostea este o pasiune față de cineva; persoana îndrăgostită își subordonează toate preocupările celui alt, ajungând să-și schimbe viața radical. Poate de aceea, un om îndrăgostit este de nerecunoscut pentru cunoscuți. Dar sexul nu este o pasiune. Acei bărbați care caută sexul cu orice preț aleargă de fapt după o confirmare ca bărbați, lucru care întârzie să apară. De aceea, se poate spune că o pasiune poate intra în competiție cu sexul la două niveluri:

- la nivelul plăcerii, caz în care adesea sexualitatea învinge. Dar nu întotdeauna se întâmplă așa; de exemplu, consumul de stupefiante poate oferi senzații care aruncă în uitare preocupările legate de sex;

- la nivelul satisfacțiilor, caz în care adesea sexualitatea cedează chiar și în fața unui pescuit sau navigări pe Internet. Sunt frecvente situațiile în care un băiat stă cu spatele la partenera lui pentru a se ocupa de iubitul său computer...

Cu toate limitările sale, o pasiune adevărată este singura capabilă să înlocuiască în mod natural preocuparea pentru sexualitate. Pentru aceasta, ea trebuie să aibă câteva caracteristici:

- să aibă ca suport aptitudini reale;
- aceste aptitudini să fie identificate de persoana în cauză, nu de un „binevoitor”;
- să nu excludă sexualitatea, ci doar să o amâne.

Deșeurile sexuale

Cum îți dai seama că într-o cameră s-a făcut sex? Cearșaful mototolit, vaza răsturnată, mirosul secrețiilor genitale?

O piesă de lenjerie uitată pe sub pat, pete de sânge sau de spermă? Un prezervativ care plutește în toaletă? Cam multe urme stăruie la locul „faptei” sexuale, și asta pentru că, în timp ce fac dragoste, cei doi au un discernământ atât de scăzut, încât nu le pasă de ceea ce vor lăsa în urmă. Scopul acestei „lecții” nu este să te învețe cum să nu lași urme în locul în care ai făcut dragoste, ci cum să devii conștient de aspectele ulterioare ale vieții tale sexuale.

Prezervativul

Mulți te învață cum se pune un prezervativ. Dar cum se scoate un prezervativ te-a învățat cineva? În primul rând, știi probabil că prezervativul nu stă prea bine pe un penis care nu mai este în erecție. Fiind prins de contracțiile vaginului, prezervativul este tras de pe penis, iar astfel devine posibilă „deversarea” spermei în vagin. Ca să nu mai vorbim de panica pe care o simte fata când își dă seama că are un prezervativ undeva, în profunzimea vaginului. Pentru a evita un astfel de incident, imediat ce erecția a început să cedeze, bărbatul va face mai degrabă mișcări laterale sau de rotire, evitându-le pe cele care merg înainte și înapoi. Când se decide să se retragă, bărbatul sau partenera sa va căuta capătul exterior al prezervativului și îl va fixa pe penis în timpul retragerii lui din vagin. Prezervativul folosit nu trebuie aruncat în toaletă, ci la gunoi, după ce a fost în prealabil înnodat și „ambalat” în ceva.

Dezamăgirea

Teoria așteptărilor spune că, înainte de a participa la un eveniment, oamenii au nevoie să facă o „proiecție” a ceea ce se va întâmpla, imaginându-și mai ales elementele care le vor fi favorabile. Mergând la o întâlnire, o fată se așteaptă să fie ceva romantic, iar un băiat s-ar putea aștepta să facă sex. Până la urmă se dovedește că întâlnirea nu e deloc romantică și nici sex nu se face. După cum se vede, încă din „fașă”, această întâlnire ocazională dă naștere la două feluri de conflicte:

- a) între așteptările ei și așteptările lui;
- b) între așteptările fiecăruia și ceea ce se petrece în realitate.

Ei bine, datorită faptului că sexul este un eveniment marcat de egoism, așteptările partenerilor sunt mai întotdeauna neconfirmate. Iar sentimentul care rămâne în urma unei partide de sex este de multe ori... dezamăgirea.

Buchetul de flori

Întotdeauna este interesant să afli care este soarta buchetului de flori pe care el i l-a oferit ei înainte de a face dragoste. Băieții se pricep la promisiuni. Intuind câte ceva din teoria așteptărilor, ei exagerează cu promisiunile înainte de a face dragoste cu o fată. Dacă ești băiat, sfatul meu e să promiți doar ceea ce știi cu siguranță că se va împlini. Poți deveni un adevărat „vrăjitor” în ochii prietenei tale dacă, știind dinainte că i-ai pus sub pernă o floare, îi promiți iubitei tale că patul ei va fi mai frumos diseară. Dintotdeauna, fetelor le-a plăcut ca iubitul lor să le stăpânească viața...



5

Oameni ciudați

În acest capitol vom vorbi despre ceea ce unii numesc „per-versiuni” sexuale. De fapt, ele sunt deprinderi menite să-l adapteze pe cel ce le practică la situații care încalcă limitele comportamentului considerat în mod convențional normal. În general, cei tineri nu au încă astfel de deprinderi, dar trebuie să-și formeze cât mai devreme o atitudine față de ele.

Liviu este convins că se masturbează de la vârsta de patru ani. Își amintește clar cum stătea în patul lui acoperit de jur împrejur cu pături, jucându-se cu micul lui sex. În curte aveau un câine rău, care ar fi mușcat pe oricine ar fi ridicat mâna să-l bată. Și lui îi era frică de acel câine, iar singurul capabil să-l protejeze era fratele mai mare, care dormea uneori în pat cu Liviu. Pe la zece ani, masturbarea a început să producă spermă, iar Liviu și-a dat seama că era, ca fratele lui, bărbat... Dorea să penetreze pe cineva sau ceva și a ajuns, nu știe cum, să-și introducă un deget în anus atunci când ejacula. Ar fi vrut să-i facă asta câinelui cel rău, dar n-a apucat, pentru că bietul animal a fost otrăvit. În curtea lor a apărut un alt câine, mult mai blând. În doar câteva săptămâni, Liviu l-a dresat să-i lingă sexul și într-o zi a fost chiar fericit că animalul a stat să-l penetreze. De atunci, viața sexuală a lui Liviu se rezumă la raporturile cu câinele și masturbare. El se consideră un tip fricos, dar se gândește serios să practice *bungee jumping*. Mă uit la ochii mici și vioi ai lui Liviu, evaluez lapidar zâmbetul lui cu buzele strânse și-mi dau seama că are nevoie de o pedeapsă pentru vinovăția pe care o poartă cu el. Da, *bungee jumping*-ul ar fi bun...

Despre pederastie

În intimitatea bărbatului se pot strecura numeroase practici sexuale care cu timpul pot lua amploare, dominându-i viața. Unele, cum este și homosexualitatea, sunt legate de identitatea sexuală. Altele, precum pederastia, au ca scop confirmarea lui ca bărbat matur, iar altele, precum pedofilia, încearcă să răspundă problemelor lui de dezvoltare. Fie că ai fost subiectul unor astfel de practici, fie că te simți pe drum către una dintre ele, fie că nu ai nici o tangentă cu ele, merită să afli câte ceva despre natura lor.

Din istoria bărbaților

În Grecia antică trebuie să fi fost foarte dificil să fii bărbat în toată firea. Pentru a-ți susține cât mai ferm acest statut, aveai nevoie de o serie de confirmări ale masculinității tale dominante. Una dintre practicile folosite de bărbații de atunci pentru a se ierarhiza din punct de vedere sexual era pederastia. Numele ei vine de la cuvântul *pais*, care în grecește desemnează copilul de vârstă pre-pubertății (de aici și denumirile de „pediatrie”, „pedofilie” etc.) și *erastos*, care înseamnă „a face dragoste”. Va să zică, grecii acelor vremuri făceau sex anal cu băieți de 10–12 ani, pentru a-și consolida o masculinitate care să-i ridice ca prestigiu deasupra altor bărbați. Chiar și astăzi, există țări care se pot „lăuda” cu persistența unor astfel de obiceiuri (de exemplu, Malaezia), considerate de băștinași drept sănătoase.

Un bărbat îți face curte

Să spunem că ești heterosexual, adică un om care preferă să aibă relații sexuale cu cineva de sex opus. Ți s-a întâmplat vreodată să se apropie de tine un bărbat, manifestând o tandrețe pe care nici tatăl tău nu îndrăznește să ți-o ofere? Dacă nu, atunci iată cum este relatat un astfel de episod de către un băiat care a pățit așa ceva. „Mă duceam aproape în fiecare zi la un magazin de articole foto, ca să prind niște

reduceri de preț. Tocmai când mă pregăteam să cumpăr un film, cineva m-a prins de braț și mi-a spus că ar fi mai bine să cumpăr altă marcă, fiindcă are culori mai frumoase. Când m-am uitat la el, am constatat că era un necunoscut de vreo cincizeci de ani, care mă privea ca și cum s-ar fi bucurat foarte mult să mă vadă. Îmi cerceta fața cu atenție și, văzând că-mi retrag brațul din mâna lui, mi-a dat drumul, dar a continuat să-mi susțină cotul, ca și cum ar fi fost ceva prețios pentru el. Mi-a arătat niște poze beton, majoritatea făcute într-o tehnică specială, cu nu știu ce nume. Mi-a zis că are atelier foto peste drum, unde ar putea să-mi arate cum se face și în timpul ăsta, să-mi developeze pe gratis un film de-al meu. Când am ajuns acolo, la lumina roșie din camera obscură, a început să-mi dea ordine: să-mi scot jacheta, să scot filmul din geantă, să mă așez repede lângă el pe scaun; eu întârziem să mă așez pe același scaun cu el, mai ales că nu prea aveam unde. Și atunci, el m-a apucat cu amândouă mâinile de coapsa piciorului stâng, băgându-și degetele printre picioarele mele. În momentul acela m-am speriat, mi-am înșfăcat geanta și-am fugit pe ușă, în timp ce el, aparent nepăsător, îmi spunea că o să ne mai întâlnim. M-am oprit o stație mai încolo, simțind că am în gât și inima și stomacul..."

De la pederastie la pedofilie

Aproape toți oamenii consideră că este oarecum normal ca tatăl să fie acela care ocupă în familie poziția de forță, el confruntându-se cu cele mai periculoase situații și tot el aplicând pedeapsa fizică. Unii tați se pricep atât de bine la astfel de lucruri, încât li se citește pe chip satisfacția de a-și exercita funcția coercitivă. Ceea ce nici nu bănuiește un astfel de tată, e că satisfacția pe care o simte el când își pedepsește fiul este învățată de acesta și va sta la baza agresiunii pe care o va manifesta la rândul lui față de alții. Ei bine, acest mecanism de preluare a satisfacției agresorului de către victimă este pe deplin valabil și în cazul pederastiei: băiatul care a suportat un ritual de dominație sexuală din partea unui bărbat va fi nerăbdător să ajungă la rândul lui bărbat, pentru a dobândi aceeași satisfacție în detrimentul altora.

Homosexualitatea pozitivă

Lumea e copleșită de ură. Dintre toate formele de manifestare a acesteia, cea mai radicală ură este aceea resimțită față de cineva pentru simplul fapt că „este” într-un fel. Poate cea mai actuală confruntare bazată pe ură este cea cu privire la homosexualitate. Ea presupune caractere înnăscute, identitate specială, practică sexuală aparte, și de aceea homosexualul simte mai devreme sau mai târziu că e altfel, se numește altfel și trebuie să facă altceva decât majoritatea celor din jurul lui.

O vinovăție înnăscută?

Există teorii care susțin că homosexualitatea ar avea o cauză genetică. Altele spun că ea ar fi dobândită prin inducerea comportamentului de la un individ la altul. Majoritatea oamenilor cred că a nu fi homosexual este o chestiune de voință. Dar lucrurile nu stau chiar așa... Mi s-a întâmplat să fiu martor al frământărilor unor băieți de 13–14 ani, care simțeau că preocupările lor afective și erotice erau îndreptate către persoane de același sex. Nici ei, nici altcineva nu ar fi putut explica de ce tocmai lor li se întâmpla acest lucru. Ei și-au început aventura dobândirii identității sexuale prin confuzie, neliniște, vinovăție.

Homofobia

Hotărât lucru, cei mai înverșunați dușmani ai homosexualilor sunt oamenii care nu au avut de-a face (și nici nu vor să aibă) cu vreunul. Homofobia este termenul care exprimă intoleranța, teama, ura, repulsia, neînțelegerea manifestate față de homosexualitate. Recunosc, heterosexual fiind, că apropierea erotică a unui homosexual mi-ar provoca o reacție de respingere fizică. Dar de la această reacție și până la dorința de a șterge de pe lume acel om este o cale lungă. Ceea ce este și mai trist, e că înșiși homosexualii și lesbienele reacționează la homofobie printr-o și mai accentuată delimitare de comunitatea care-i respinge.

După opinia mea, dacă ești homosexual, poți preveni manifestarea homofobiei în jurul tău prin următoarele atitudini:

- considerând că relația ta cu un bărbat este în primul rând ceva intim și abia în al doilea rând un câmp de luptă al drepturilor omului;
- menținând legăturile cu heterosexualii care te cunosc, astfel încât valorile tale să fie recunoscute;
- încercând să nu confunzi o discuție de principiu despre homosexualitate cu o exprimare a homofobiei.

În schimb, dacă ești heterosexual, îți poți controla tendințele homofobe dacă:

- te informezi măcar asupra datelor esențiale privitoare la această identitate sexuală;
- arăți interes față de calitățile general umane ale celor din jurul tău, fără să consideri că homosexualitatea este un defect;
- dovedești respect pentru intimitatea sexuală a oricui, indiferent dacă este homosexual sau nu.

Numeroase persoane „normale” simt nevoia să-i „aducă pe calea cea bună” pe homosexualii cu care au relații de prietenie. Iar acest lucru li se întâmplă mai ales fetelor, care se simt adesea atașate de calitățile afective ale amicilor homosexuali. Dacă te simți tentat să faci un astfel de act caritabil, gândește-te că el e echivalent cu cel prin care ție ți s-ar cere să practici sex anal, pentru că așa e bine... Alții, mai ales persoane vârstnice, le spun homosexualilor să se ducă să se trateze; în spitalele românești ar putea obține cel mult o spălare de creier care să atingă profunzimile identității sexuale, fără posibilitatea de a construi altceva în loc...

Iubirea dintre bărbați

Oare cum fac homosexualii sex? Dar lesbienele, cum o fac? Nici unii, nici alții n-ar trebui să se supere dacă heterosexualii pun astfel de întrebări; ar trebui să se îngrijoreze dacă nu le pun, ceea ce ar presupune existența unor răspunsuri simpliste, de genul: „Fac sex anal și gata!”

În realitate, doi parteneri de același sex se simt îndrăgostiți, atrași, geloși sau dezamăgiți ca orice alți oameni. Ei se caută, se curtează și se intimidează în fața partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă și frământările care sună cam așa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?” Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuți și fluierați?” Sărutul, atingerea, *petting*-ul au valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felația, ca practică ce se dorește a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primește. Tot așa se poate întâmpla și cu sexul anal, numit și sodomie, care este însă privit cu destulă reticență la începuturile cuplului. El necesită precauții legate atât de durere, cât și de plăcere, ceea ce complică puțin tehnica. De exemplu, mulți își impun folosirea prezervativului, a lubrifianților, precum și a dușului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relațiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfășoară între doi bărbați. De altfel, băieții heterosexuali ar avea destul de mult de învățat de la un *gay* despre comunicarea afectivă, în privința căreia sunt atât de deficitari în relația cu fetele. Datorită faptului că înțeleg mai bine trupul partenerului de același sex, homosexualii au mai puține tulburări de dinamică sexuală...

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieții heterosexuali sunt deficitari în privința comunicării emoțiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prietenii dintre homosexuali și fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de comunicativ emoțional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca și masturbarea, o trădare fără rost, dar și o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în joc multă răbdare pentru a obține

cât de puțină tandrețe de la acel băiat drăguț. De cele mai multe ori, prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forțate. În ceea ce privește prietenia dintre un *gay* și un heterosexual, ea este mult condiționată de capacitățile fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracție atât față de femei, cât și față de bărbați?

Bisexualul

În jargonul celor preocupați intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de același sex, cât și de cei de sex opus se numește AC-DC, adică persoană conectată la curent alternativ-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbați sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali și 18% sunt bisexuali, deși se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când homo...

Există o categorie de bărbați care-și încep viața sexuală prin relații cu femeile, ajungând însă să prefere relațiile cu alți bărbați. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de conviețuire încep să-i ceară partenerei preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceștia, o categorie aparte o constituie bărbații căsătoriți cu femei, dar care preferă relațiile sexuale cu băieți (v. *Despre pederastie*). Alți bărbați tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă și relații heterosexuale. Și pentru ca totul să pară și mai năucitor, există bărbați care au relații sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiți de un alt bărbat... Pentru a mai lămuri puțin lucrurile, trebuie să ținem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.”) și altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu bărbați.”).

În realitate, doi parteneri de același sex se simt îndrăgostiți, atrași, geloși sau dezamăgiți ca orice alți oameni. Ei se caută, se curtează și se intimidă în fața partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă și frământările care sună cam așa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?” Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuți și fluierați?” Sărutul, atingerea, *petting*-ul au valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felația, ca practică ce se dorește a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primește. Tot așa se poate întâmpla și cu sexul anal, numit și sodomie, care este însă privit cu destulă reticență la începuturile cuplului. El necesită precauții legate atât de durere, cât și de plăcere, ceea ce complică puțin tehnica. De exemplu, mulți își impun folosirea prezervativului, a lubrifianților, precum și a dușului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relațiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfășoară între doi bărbați. De altfel, băieții heterosexuali ar avea destul de mult de învățat de la un *gay* despre comunicarea afectivă, în privința căreia sunt atât de deficitari în relația cu fetele. Datorită faptului că înțeleg mai bine trupul partenerului de același sex, homosexualii au mai puține tulburări de dinamică sexuală...

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieții heterosexuali sunt deficitari în privința comunicării emoțiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prietenii dintre homosexuali și fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de comunicativ emoțional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca și masturbarea, o trădare fără rost, dar și o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în joc multă răbdare pentru a obține

cât de puțină tandrețe de la acel băiat draguț. De cele mai multe ori, prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forțate. În ceea ce privește prietenia dintre un *gay* și un heterosexual, ea este mult condiționată de capacitățile fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracție atât față de femei, cât și față de bărbați?

Bisexualul

În jargonul celor preocupați intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de același sex, cât și de cei de sex opus se numește AC-DC, adică persoană conectată la curent alternativ-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbați sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali și 18% sunt bisexuali, deși se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când homo...

Există o categorie de bărbați care-și încep viața sexuală prin relații cu femeile, ajungând însă să prefere relațiile cu alți bărbați. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de conviețuire încep să-i ceară partenerei preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceștia, o categorie aparte o constituie bărbații căsătoriți cu femei, dar care preferă relațiile sexuale cu băieți (v. *Despre pederastie*). Alți bărbați tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă și relații heterosexuale. Și pentru ca totul să pară și mai năucitor, există bărbați care au relații sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiți de un alt bărbat... Pentru a mai lămuri puțin lucrurile, trebuie să ținem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.”) și altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu bărbați.”).

În realitate, doi parteneri de același sex se simt îndrăgostiți, atrași, geloși sau dezamăgiți ca orice alți oameni. Ei se caută, se curtează și se intimidează în fața partenerilor greu accesibili. La aceasta se adaugă și frământările care sună cam așa: „Oare n-o să mă refuze? Dar dacă nu este *gay*?” Sau: „Unde să mergem, pentru a nu fi văzuți și fluierați?” Sărutul, atingerea, *petting*-ul au valoare la fel de mare pentru ei ca pentru orice persoane care vor să se cunoască erotic. Relativ răspândit este sexul între coapse, iar o tehnică specială o reprezintă felația, ca practică ce se dorește a fi reciprocă, dar polarizând uneori partenerii în roluri diferite, astfel încât unul mai mult dă, iar altul mai mult primește. Tot așa se poate întâmpla și cu sexul anal, numit și sodomie, care este însă privit cu destulă reticență la începuturile cuplului. El necesită precauții legate atât de durere, cât și de plăcere, ceea ce complică puțin tehnica. De exemplu, mulți își impun folosirea prezervativului, a lubrifianților, precum și a dușului. Dar poate cea mai interesantă caracteristică a relațiilor homosexuale este intensul schimb afectiv, care este cu atât mai admirabil, cu cât se desfășoară între doi bărbați. De altfel, băieții heterosexuali ar avea destul de mult de învățat de la un *gay* despre comunicarea afectivă, în privința căreia sunt atât de deficitari în relația cu fetele. Datorită faptului că înțeleg mai bine trupul partenerului de același sex, homosexualii au mai puține tulburări de dinamică sexuală...

Prietenie cu un gay

Spuneam mai sus că băieții heterosexuali sunt deficitari în privința comunicării emoțiilor erotice. În schimb, mult mai bine merg prietenii dintre homosexuali și fete. După ce s-a îndrăgostit de un băiat deosebit de comunicativ emoțional, fata poate constata că el evită contactele fizice cu ea, ceea ce o face să afirme: „Ori e impotent, ori e homosexual!” Multe fete tind să considere homosexualitatea, ca și masturbarea, o trădare fără rost, dar și o insultă la adresa lor. Ele sunt în stare să pună în joc multă răbdare pentru a obține

cât de puțină tandrețe de la acel băiat drăguț. De cele mai multe ori, prietenia aceasta se termină în momentul penibil al atingerii forțate. În ceea ce privește prietenia dintre un *gay* și un heterosexual, ea este mult condiționată de capacitățile fiecăruia dintre cei doi de a tolera identitatea sexuală a celuilalt. Ce se întâmplă însă când o persoană simte atracție atât față de femei, cât și față de bărbați?

Bisexualul

În jargonul celor preocupați intens de sex, o persoană care se simte atrasă atât de cei de același sex, cât și de cei de sex opus se numește AC-DC, adică persoană conectată la curent alternativ-curent continuu. Într-o societate relativ dezvoltată cultural, 80% dintre bărbați sunt heterosexuali, vreo 2% sunt exclusiv homosexuali și 18% sunt bisexuali, deși se crede despre ei că sunt homosexuali.

Când hetero, când homo...

Există o categorie de bărbați care-și încep viața sexuală prin relații cu femeile, ajungând însă să prefere relațiile cu alți bărbați. Unii întemeiază cupluri heterosexuale durabile, iar pe parcursul anilor de conviețuire încep să-i ceară parteneri preponderent sex anal, urmând ca mai târziu să prefere parteneri de sex masculin pentru această practică. Dintre aceștia, o categorie aparte o constituie bărbații căsătoriți cu femei, dar care preferă relațiile sexuale cu băieți (v. *Despre pederastie*). Alți bărbați tineri se simt în adâncul lor homosexuali, dar în urma presiunii unor femei ajung să aibă și relații heterosexuale. Și pentru ca totul să pară și mai năucitor, există bărbați care au relații sexuale doar cu femei, dar se simt îndrăgostiți de un alt bărbat... Pentru a mai lămuri puțin lucrurile, trebuie să ținem cont de faptul că homosexualitatea are două aspecte: unul privind identitatea sexuală („Sunt convins că sunt homosexual.”) și altul privind practicile homosexuale („Prefer să fac sex cu bărbați.”).

Femeia bisexuală

Fie din nonconformism, fie pentru că nu simte repulsie față de apropierea erotică de cineva de același sex, o femeie poate ajunge să practice erotismul cu o altă femeie. Un loc special îl ocupă în acest sens triolismul, care aduce două femei în situația de a se stimula reciproc înainte de a face sex cu un bărbat. Aproape întotdeauna, în aceste situații e vorba de o insuficiență a preludiului pe care este capabil să-l ofere acel bărbat. Ca și în psihologia vizionării unei scene porno, bărbatul respectiv se transpune în locul femeii active, simțindu-se excitat datorită gesturilor ei.

O altă situație relativ frecvent întâlnită în comunitățile noastre este aceea a femeii care are o viață sexuală intensă cu bărbați, dar are o prietenă apropiată, și practică din când în când cu aceasta tribadismul (v. *Lesbianism și tribadism*).

Trădarea bisexualului

De multe ori, tehnica bisexualului se deosebește de a celorlalți prin măiestrie, nonconformism și chiar bizar. Fiind resimțită și ca o încununare a tandreței, relația homosexuală consolidează atașamentul celor doi. De aceea, aflând că partenerul său are și o relație heterosexuală, homosexualul simte trădarea ca fiind cu atât mai gravă, cu cât credea până atunci că relația lor e cât mai aproape de perfecțiune. Din acel moment, bisexualul este considerat depravat, lipsit de voință, egoist. În realitate, bisexualul este de cele mai multe ori o persoană care caută la ambele sexe o satisfacție pe care n-a cunoscut-o decât parțial.

Cum se poartă un satir

Confruntarea cu sexualitatea altei persoane este aproape întotdeauna o chestiune delicată, cerând mult tact și oarecare cunoștințe (v. *Când celălalt este ciudat*). Ce să mai vorbim de situația în care omul de lângă tine nu se încadrează în ceea

ce tu numești normalitate? Uneori ești pus în situația de a conviețui cu un homosexual, alteori ai de-a face cu o prostituată, iar alteori te poți întâlni cu un satir...

Din pădurile mitologice

În mitologia greacă, satirul este o făptură înzestrată cu o energie sexuală debordantă, veselă, „libidinoasă”, cum ar spune fetele. Sexul lui este tot timpul în erecție, metodele lui de apropiere de o femeie sunt mai degrabă perverse, iar relația cu bărbații este restrânsă la minimum. În picturi, satirul este reprezentat ca un bătrân cu jumătate de trup de țap. El pare să fie un bătrân cu suflet tânăr, dar nu este așa. E de fapt zgârcit, diabolic în apropierea de femeia tânără, vulnerabil în fața morții, ca un adevărat bătrân.

Plăcerea legitimă

După cum probabil știi, în virtutea instinctului de conservare care predomină la vârstele înaintate, bătrânul urmărește recunoașterea reușitelor sale — poate de aceea preferă ca podoabă decorațiile —, conservarea resurselor proprii, motiv pentru care se spune despre el că e zgârcit, dar și obținerea statutului de prioritate pentru nevoile sale. Din cauza acestui ultim aspect, satirul nu va căuta la o femeie plăcerea, ci legitimitatea. Astfel, plăcerea lui va fi scurtă, în schimb refuzul îi va fi greu de suportat.

Mai mult face, decât vorbește

Spre deosebire de tinerii aflați la începutul vieții sexuale, care mai mult vorbesc decât fac, satirul nu prea vorbește despre plăcerile lui, dar le caută peste tot, încercând să le pună în aplicare, oricât de sumar. Dacă acceptă să discute ceva, el va vorbi despre partenera lui, știind că în timp subiectul se va muta dinspre ea către el. Faptele lui sunt dedicate acelei părți din propria viață în care băutura, femeile și liberul arbitru îi stăteau la dispoziție.

Două cazuri

Un bătrân colonel, suferind de sindrom talamic (care, printre altele, produce dureri extreme), nu se putea abține să-mi povestească despre urmele lăsate de femei prin fiecare colțișor din garsoniera lui. La fiecare două-trei luni se ivea în casa lui câte o domnișoară plătită pentru a-l îngriji, iar colonelul începea prin a deschide o sticlă de vin roșu, continua solicitând sex oral și sfârșea cerând să fie lăsat în pace. Colonelul era foarte vorbăreț și sublinia la fiecare minut cât de mult îi place viața.

Un alt bătrân, sculptor de data aceasta, mi-a mărturisit că a trecut prin „dalta” lui zeci de femei cu cel puțin 50 de ani mai tinere decât el. Dată fiind ambianța artistică în care trăia, bătrânul nu rata mai niciodată dezbrăcarea femeii care-i călca pragul, după care practica cu obstinație coitul pe la spate. La fel ca și satirul colonel, sculptorul le pune la treabă pe tinerele care se succedau prin atelierul său, în timp ce el frecventa restaurantele pentru a-și înveseli bătrânețea cu același vin roșu. Dacă ai cere părerea unei fete, ea și-ar exprima repulsia față de trupul atonic al satirului, dar ai fi surprins să afli că ea se poate îndrăgosti, în sfârșit, de tatăl regăsit în el.

Ce ne facem cu satirul?

Un satir are nevoie mai degrabă de îngrijire. Deși viața lui pare o continuă petrecere, în sinea lui nu de petrecere îi arde. După cum arătam mai sus, nu-i place să fie refuzat și de aceea ar trebui tratat cu respect, dată fiind setea lui de recunoștință. Dacă ești fată și simți că te-ai îndrăgostit fără să vrei de un astfel de om, iată recomandarea mea: fă astfel încât el să se confrunte cu tatăl tău sau cu cineva care-l reprezintă, și atunci vei putea face o distincție mai clară între ceea ce credeai că are atrăgător și ceea ce este el în realitate.

Satiriasis

În literatura de specialitate, satiriasisul este o tulburare manifestată prin hiperactivitate sexuală la bărbat. Există

anumite persoane predispuse la o astfel de manifestare, iar unii tineri cu o anumită întârziere în dezvoltarea mintală (oligofrenie) pot prezenta o oarecare dezinhibiție sexuală permanentă. Tot dezinhibiție sexuală poate manifesta și acea persoană care are o afecțiune mintală cu sindrom maniacal; acesta cuprinde activități accelerate, stări de euforie, predispoziție la cântec, dans, vorbărie exagerată, dar și ușurința de a crea noi relații ajungând cât mai repede la un contact intim. Alte persoane pot avea o boală, precum sifilisul sau chiar gonoreea, pe parcursul căreia mâncărimile datorate leziunilor genitale stimulează erecția și apetitul sexual, făcând răspândirea bolii și mai facilă.

Femeia nimfomană

Desigur, acest termen, rostit cu ironie sau îngrijorare de către unii bărbați, se referă la femei. El caracterizează acea femeie care pare să aibă un comportament sexual nesățios. În practica mea medicală am cunoscut nenumărați bărbați proaspăt însurați, care se plâneau că tânăra lor soție vrea sex în fiecare zi și îi aleargă în jurul patului de câte ori se întorc obosiți de la serviciu. Acest comportament se explică prin discrepanța între stadiile de dezvoltare sexuală a celor doi. În timp ce bărbatului îi scade libidoul datorită solicitărilor profesionale și faptului că a devenit sigur de partenera lui, tânăra femeie învață plăcerea sexuală cu fiecare zi ce trece, este tot mai relaxată și mai doritoare de experimente.

Nimfomania adevărată este destul de rară; ea presupune un fel de comportament de tip Don Juan la femeie, un asalt permanent asupra oricărui bărbat cu scopul declarat de a face sex cu el.

Când celălalt este ciudat

Radu a venit la prima întâlnire cu Sorana așa cum știa din filme că trebuie să se prezinte într-o astfel de împrejurare: cu flori, cu haine bine alese, pomădat cu *after-shave*, având

în mintea lui niște planuri. Când a apărut, Sorana avea în mână o sacoșă cu franzele și i-a spus cam răstit: „Hai, zi mai repede ce vrei, că mă grăbesc!” Toate planurile lui Radu s-au dus naibii într-o secundă. Măcar florile trebuia să i le dea, așa că i-a răspuns la fel de operativ: „Ți-am adus niște flori...” Sorana a făcut o grimasă care a transformat-o dintr-o dată într-o persoană foarte diferită de îngerul pe care-l zărise Radu în urmă cu câteva seri: „Mie? Ha, ha, ha!” Îngrozit, Radu s-a dus acasă, după ce a plasat buchetul de flori într-o ghenă, ca să nu râdă cei de-acasă de el. Nu știa că și Sorana venise la întâlnire tot parfumată, tot cu inima bătând puternic. Doar atât: că la Sorana acasă părinții ei nu se sărută, iar când au ceva emoțional de comunicat, au parte de imperative „tandre”, precum: „Zi mai repede, că mă grăbesc!”

Familia din care provine

După cum se vede, doi oameni care sunt pe cale să întemeieze un cuplu pot proveni din medii familiale foarte diferite. În familia sa, partenerul tău a petrecut mai mult de o duzină de ani și s-a obișnuit cu lucruri pe care uneori cu greu le poți accepta. Poate că la ei acasă nu se trage apa la toaletă, poate că pâinea este ținută într-o pungă după frigider, poate că tatăl vrea să fie mușcat de ureche în fiecare zi, iar mama face crize de isterie pentru a putea merge la coafor... Tot din familie mai provin și cele două concepții majore pe care le aduc cei doi la întemeierea cuplului: concepția despre femeie și cea despre bărbat.

Anturajul care l-a influențat

Procesul de dobândire a identității sexuale se desfășoară în bună parte prin comparație cu cei de aceeași vârstă. De aceea, prietenul sau prietena ta vine la întâlnire purtând cu sine părerea celorlalți despre propria persoană. De multe ori, e vorba de un complex de inferioritate, alteori partenerul se simte obligat să facă cu tine ce-a făcut cel mai bun prieten cu prietena lui... Pentru a te lămuri cu privire la influen-

ența pe care o are anturajul asupra partenerului tău, e suficient să observi dacă manifestă diferențe de comportament între momentele în care este doar cu tine și cele în care sunt de față și prietenii lui.

E nebun și gata!

Dar de multe ori nu influențele familiei sau ale anturajului, ci urmele unei boli sunt cele care produc o bizarerie în comportamentul iubitului sau iubitei tale. Ar fi în interesul tău (dar și al lui) să afli dacă în acele momente se poartă ciudat pentru că așa vrea sau pentru că nu se poate altfel (v. *Nebun de iubire*, vol. I). De aceea, încearcă să observi dacă în faptele sale se manifestă cumva unele semne de boală precum:

1. *Beția patologică*. După nici două pahare de băutură alcoolică, prietenul tău se schimbă brusc, devenind foarte violent și părând că nu-și poate controla comportamentul.

2. *Criza de isterie*. Mai ales în prezența unor martori, prietena ta își exprimă spectaculos supărarea pe care o are față de tine, din arsenalul ei făcând parte și „stările de rău” care necesită o grijă deosebită.

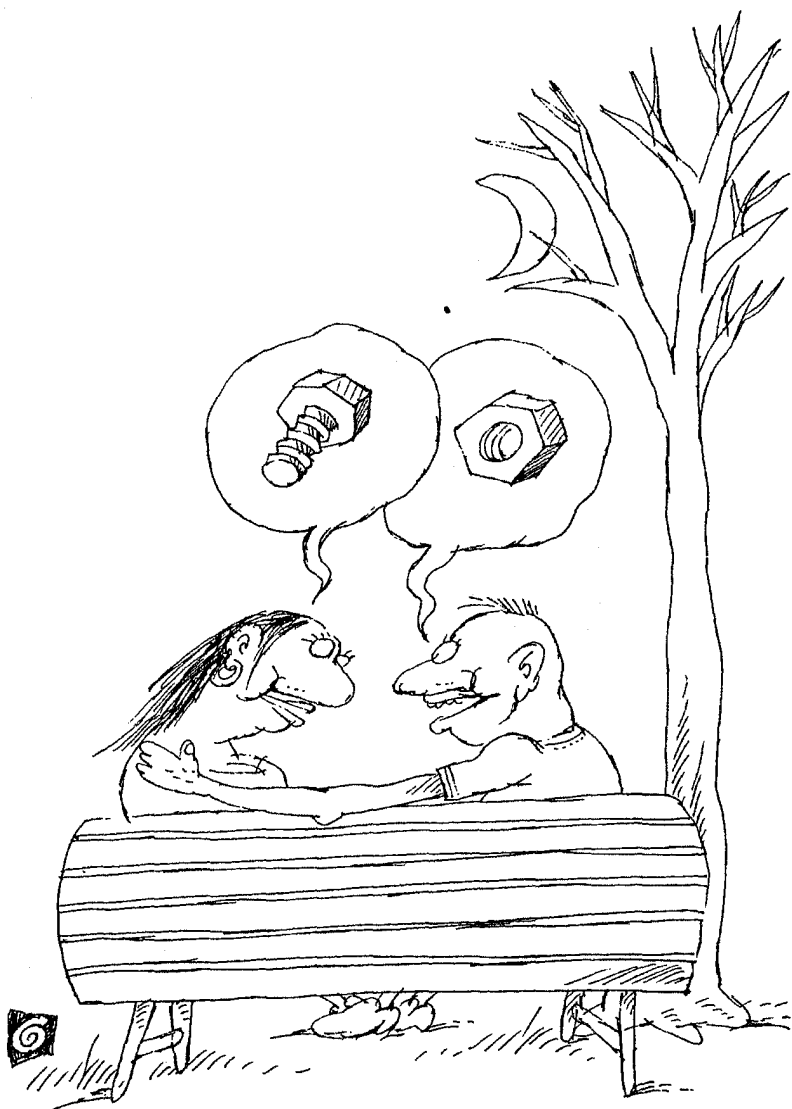
3. *Tentativa de suicid*. Demonstrativă sau nu, ea se poate repeta și nu poți ști cu exactitate când va reuși.

4. *Tulburarea de personalitate*. Partenerul tău are diverse vicii sau comportamente nedorite, pe care promite să le schimbe, dar niciodată nu se ține de cuvânt.

Cele mai obișnuite manifestări neobișnuite

Iată câteva atitudini pe care le-ar putea adopta prietenul sau prietena ta fără să aibă conștiința faptului că, pentru tine, toate acestea sunt ciudățenii:

Tace. Ai fi surprins să afli cât de multe sunt persoanele care manifestă această discretă tulburare de exprimare verbală, numită *dislexie*. Din cauza ei, partenera ta se poate exprima în cuvinte cu atât mai greu, cu cât mesajul ei este mai încărcat emoțional. Și mai trist este că această dificultate de



exprimare dă impresia că acea persoană nu e prea inteligentă, deși nu este așa. Față de o persoană cu dislexie trebuie să ai răbdare, găsind totodată un limbaj alternativ prin care să comunici cu ea (de exemplu, limbajul gesturilor simbolice, limbajul matematic, desenul, muzica sau atât de frumosul „ghicit al gândurilor”).

Nu vrea să fie atinsă. „Ești cam sălbatică”, i se reproșează adesea fetei care nu suportă să fie atinsă nici măcar de către iubitul ei. După cum ai aflat deja din primul volum al acestor *Lecții particulare* (v. *Atingerea*), fiecare om are zone care produc plăcere la atingere și zone pe care le ferește de orice atingere. Totodată, obiceiul de a atinge copiii în toate felurile poate lipsi din familia prietenei tale, ducând la concepția că orice atingere este o perversiune. Ai putea începe prin a o încuraja pe ea să te atingă prima.

Lovește. Atunci când un băiat se poartă cu prietena lui ca și cum ar fi un partener de box sau karate, nu o face neapărat pentru că are o proastă creștere, ci pentru că vrea să-și demonstreze nemijlocit capacitatea de a învinge. De aceea, prietena lui ar trebui să-i solicite astfel de demonstrații în alte situații, mai potrivite etalărilor de forță. La rândul ei, manifestându-se violent, fata pune adesea în aplicare un vechi mecanism de stimulare a masculului, prin care furia lui se transformă în energie sexuală. Pentru a evita această violență feminină, „masculul” trebuie nu să fie moale, ci să demonstreze că nu are nevoie de stimuli.

Vorbește vulgar. Dacă facem o incursiune pe teritoriul jargonului și al argoului, vom vedea că aceste forme de exprimare le sunt necesare tinerilor în mecanismul de delimitare în grupuri din ce în ce mai mici, până când devine iminentă constituirea cuplurilor. În fața partenerei de cuplu, vorbirea vulgară a băiatului este și ea o formă de stimulare, sau mai precis una de autostimulare. Pentru a-l face să renunțe la ea, trebuie să-i încurajezi o altă formă de stimulare, cum ar fi cea de natură fizică, sau chiar ... erotică. Dă-i, prin urmare, un sărut ori de câte ori vorbește frumos și apreciază-i bunele maniere, oricât de sumare ar fi ele.

Schimbarea de sex

Identitatea este o chestiune de intimitate și recunoaștere. Cu alte cuvinte, identitatea se pregătește în secret și se manifestă în public, ea fiind punctul-cheie al dezvoltării unui individ. Așa se face că un băiat care vrea să fie fată va petrece nopți în șir elaborându-și noua identitate de care are nevoie, urmând ca într-o mult așteptată zi să apară în fața celorlalți ca fată în toată regula. Dar să intrăm puțin în această intimitate...

Tentația deghizării

Băiete, ai încercat vreodată să-ți pui o pereche de ștrampi? E foarte dificil, constăți că ai nevoie de mâini de femeie, picioare fine și, mai presus de toate, simți nevoia de a fi frumoasă cu orice preț... După ce i-ai tras pe picior, ai o senzație de mângâiere care pe băiat îl enervează, iar pe fată o protejează. Poate că ție îți provoacă o senzație de bizarerie inutilă, dar pe unii băieți această tentație îi atrage așa cum atrage sudul păsările migratoare, fără să știe prea clar de ce. Deghizându-se în femeie, el nu are senzația că pătrunde în tărâmul celui alt sex, ci simte o exaltare, o nevoie irezistibilă de a continua. Tot așa simte și fata care ia în serios deghizarea în bărbat, îmbrăcându-se astfel încât ceilalți să nu-i mai ghicească feminitatea. Acest tip de comportament manifestat prin deghizare se numește *transvestism*. De ce apare el? Psihologii cred că există cel puțin trei motive:

- excitarea sexuală. Adesea, transvestiții se îmbracă în hainele unor fete pe care le cunosc, ceea ce sugerează un oarecare fetișism (v. *Despre fetișism*);

- eliberarea de constrângerile sexului social. Unii băieți care se deghizează în femei simt de fapt nevoia să exprime emoții sau chiar să facă mișcări grațioase, care doar femeilor le sunt acceptate. Tot din acest motiv, majoritatea băieților doresc să aibă la dispoziție cât mai multe mijloace de a deveni atrăgători;

• dorința de teatralism. Mai ales dacă are un temperament histrionic, transsexualul simte o mare plăcere jucând teatru și deghizându-se în rolul altei persoane, mai ales de sex opus.

Transsexualism

După cum știți deja (v. *Între sexele unei persoane*, vol. I), omul are un sex genetic, unul biologic, unul psihologic și unul social. Când sexul psihologic se dovedește a fi feminin, cu toate că celelalte sunt masculine, acel băiat va încerca să modifice cât mai multe dintre aparențele care-l definesc, astfel încât să devină fată. Îmbrăcându-se ca o fată și comportându-se ca atare, el poate interveni relativ ușor în domeniul sexului său social, dar cu greu poate interveni asupra sexului biologic, apelând la operații chirurgicale și intervenții hormonale. Cât despre modificarea sexului genetic, nici o speranță. Deocamdată! Ei bine, toate aceste tentative de schimbare a sexului se ascund sub termenul de transsexualism.

Întâlnirea cu cel deghizat

De câte ori întâlnești pe cineva deghizat, simți imperios nevoia să-l demaști. Dacă el însuși se demască, simți că ai fost trădat și ai o reacție mai mult sau mai puțin furioasă. Bănuind toate acestea, travestitul nu-și trădează adevărata identitate. De multe ori se întâmplă ca, fiind la începutul „carierei” sale, el să se deghizeze imperfect sau să manifeste o discrepanță între vestimentație și maniere, care nu sunt încă ale celui alt sex. Aceste stângăcii sunt repede sancționate de către ceilalți, care îl etichetează drept caraghios. Nimic din ceea ce încearcă el să facă sub noua identitate nu este luat în serios. Ba, mai mult decât atât, aceiași oameni care îl desconsideră își propun cu obstinație să-l convingă pe travestit, dar mai ales pe transsexual să renunțe la „ideea” de a trece la celălalt sex. Acum câțiva ani am asistat la una dintre cele mai dureroase scene, pe parcursul căreia un „sobor” de medici psihiatri se străduiau să convingă un transsexual să renunțe la ceea ce pentru el era o nevoie esențială și nu un mōft: dorința de a-și găsi identitatea sexuală.

Spectacol cu expoziție

Orice animal dorește să-și protejeze organele genitale de intervenția altuia, căci în felul acesta protejează una dintre rațiunile existenței sale, aceea de a se reproduce. Dar când vine vorba despre un posibil partener sexual, se schimbă situația: organele genitale devin tot mai importante și pot fi chiar expuse pentru a stimula comportamentul sexual al celuilalt, mai ales că unele secreții din zona lor pot acționa ca feromoni. Dar omul și-a făcut un titlu de onoare din capacitatea lui de a se deosebi de animale; expunerea organelor genitale în fața unui străin este o mare insultă. Să vedem de ce...

Băieții din tufișuri

Ajungând la vârsta considerată ca fiind cea mai predispusă la masturbare, adică la adolescență, tinerii recurg uneori la scenarii cu personaje pentru a obține unele satisfacții erotice. A te masturba cu gândul la cea mai tânără profesoară din liceu pare a fi oarecum legitim... Dar unii tineri găsesc de cuviință să aibă un contact real cu partenera mult visată, așa că ajung să se masturbeze în timp ce o privesc de la o oarecare distanță pe profesoara cea tânără sau pe oricare altă femeie care s-ar potrivi reveriilor erotice pe care le au. Unii spun că un astfel de comportament se încadrează în deviația sexuală numită exhibiționism. În realitate, nu este chiar așa. Exhibiționist este cel care obține plăcerea sexuală din simpla expunere a zonei sale genitale. Spre deosebire de el, băieții din tufișuri își ascund cu destulă pudoare sexul în timp ce se masturbează și nu doresc atât de mult să fie văzuți, cât să-și vadă ei „partenera”, pentru a-și concretiza câtuși de puțin scenariul.

Dar și fetele se arată...

Se crede că numai băieții au tendințe exhibiționiste. În schimb, se vorbește foarte puțin despre exhibiționismul fetelor: despre fata care se dezbracă și lasă să se vadă prin perdea

ceva din trupul ei, despre fata care face duș și abia așteaptă să intre cineva din greșeală. Sau despre fata care face dragoste și (o fantasmă teribil de interesantă) se uită peste umărul partenerului ei ca să vadă fotografia altuia, sau chiar se așteaptă să intre alt băiat pe ușă. Se consideră eronat că, expunându-și cu plăcere zonele intime, doar bărbații sunt exhibiționiști; în schimb, fetele care își expun dinadins zonele cu semnificație erotică în public sunt considerate „extrem de atrăgătoare”...

Sunt nudiștii exhibiționiști?

Ocaziile cu care nudul se ivește în viața noastră sunt foarte diferite astăzi față de trecut. Deși oamenii își acoperă corpul din ce în ce mai puțin, ei se dezbracă din ce în ce mai greu. Majoritatea pacienților mei îmi mărturisesc că le e imposibil să doarmă goi în propriul așternut. Poate de aceea, atunci când văd la mare o persoană dezbrăcată complet, se simt scandalizați. Se pare că, atunci când te expui gol în fața cuiva, faci un atentat la pudorea acelei persoane. Dar pudorea este o expresie a vulnerabilității. De aici poți deduce că practica nudismului este o tentativă de echilibrare, atâta timp cât ceilalți nu devin vulnerabili în fața ta din cauza aceasta.

Voyeurismul

O satisfacție deosebită poate veni, pentru unii oameni, și din privirile aruncate asupra altor persoane care fac sex. Din nou mă simt nevoit să menționez că unii băieți (chiar și unele fete), care ajung din întâmplare să-i vadă pe alții făcând dragoste, se pot masturba pe acest fond. Acest mecanism funcționează și în cazul vizionării filmelor cu tematică erotică, prin intermediul empatiei: cel care privește se transpune în rolul unuia dintre cei care fac dragoste. Voyeurismul adevărat este acea tulburare sexuală manifestată prin dobândirea plăcerii sexuale exclusiv din vizionarea unui act sexual trăit de alții.

La rândul ei, *scoptofilia* este acea satisfacție erotică obținută prin simpla privire a zonelor genitale ale altcuiva. Din nou, este destul de răspândit obiceiul băieților de a privi sâni sau picioarele fetelor necunoscute, așa cum destule fete se uită pe furiș la fesele unor trecători, fără ca un astfel de comportament să fie scoptofilic.

Portretul voyeuristului

Un voyeurist este de cele mai multe ori un bărbat necăsătorit, provenind dintr-o familie în care el a jucat rolul celui mai mic dintre copii, având relații bune cu părinții, dar slabe legături cu sora lui și cu cei de aceeași vârstă. Cu toate că are senzații deosebite privind sexul altora și dă astfel impresia că ar fi obsedat sexual, voyeuristul sau scoptofilicul nu este periculos decât în două împrejurări:

- atunci când pătrunde în spațiul intim al persoanei privite;
- atunci când, în loc să privească de la distanță, încearcă să atragă atenția „victimei” că este privită.

Froteurul anonim

Călătorind în autobuz, metrou sau tren, cui nu i s-a întâmplat să asiste la o scenă discretă de froteurism? Un tip vine din spatele unei tipe și, profitând de înghesuială, se freacă de ea pentru a obține o plăcere. De multe ori, fata nu-și dă seama de semnificația întâmplării, dar simte prin haine ceva care seamănă cu un sex în erecție. Dacă are măcar o idee despre acel corp dur, se retrage speriată, aruncând cel mult o privire dușmănoasă froteurului anonim.

Aiurea-n tramvai

Mă gândesc cu nostalgie la vremurile când pe un cal nu încăpeau decât cel mult doi inși. Nici vorbă de înghesuiala pe care o întâlnești astăzi prin tramvaie, acolo unde se desfășoară froteurismul. Dar nu numai înghesuiala este propice

froteurismului, ci și anomia. Faptul că, dintr-o mulțime de oameni, poți fi ales sau alege fără ca celălalt să-ți fie prea bine cunoscut este un lucru banal pentru omul de azi. Iar el apare mai ales acolo unde sunt mult prea mulți oameni. Froteurul caută aceste împrejurări, așteptând să vină ora de vârf și tramvaiul cel mai aglomerat. El își fixează încă din stație potențiala „parteneră” și se plasează în imediata ei apropiere.

„Și ea își dorește”

Cam așa își spune în sinea lui froteurul, apropiindu-se de „victimă” sa. Fiecare mișcare întâmplătoare pe care o face aceasta este interpretată drept o dovadă incontestabilă a dorinței ei de a avea de-a face cu el. Froteurul crede chiar că fata respectivă se așază mai bine, într-o poziție similară uneia sexuale. Și mai interesant este că, înțelegând ce se întâmplă, fata se înroșește, respiră greu și chiar transpiră, dând semne de neliniște pe care froteurul le interpretează drept excitație sexuală.

Ce-ar trebui să facă ea?

Ar putea să protesteze gălăgios, atrăgând atenția întregii lumi asupra agresorului. El va nega faptul că s-a frecat de domnișoara X. Unele fete cred că, dacă ar face scandal, froteurul ar deveni agresiv, dar în realitate rareori se întâmplă acest lucru.

Cel mai important este ca fata să exprime non-verbal un NU cât mai clar. Pentru aceasta, ea trebuie să-și privească agresorul în față, arătând că nici nu simte vreo plăcere, nici nu-i este frică față de intențiile lui. Un alt gest ar fi ca, în loc să facă public incidentul, să solicite ajutorul altui bărbat din preajmă, care ar putea fi onorat să-i ia apărarea. Dar dacă și el este froteur? Într-un studiu elaborat în 1991, 35% dintre studenții unui colegiu american recunoșteau că s-au frecat măcar o dată de o femeie în locuri aglomerate...

Lesbianism și tribadism

Așa cum fetele consideră că un băiat drăguț care se masturbează face o risipă inutilă de erotism, tot așa un băiat ar putea spune că două fete care fac dragoste sunt ceva fără sens. „Mai bine ar face amândouă sex cu mine, decât să se frece una de alta“, ar putea spune un băiat despre lesbiene.

Pe insula Lesbos

Cum majoritatea denumirilor ciudate își au originea în Antichitate, și lesbienele trebuiau să aibă un corespondent în vremurile acelea. Sapho era o poetă care trăia pe insula Lesbos. Pentru că atât poeziile poetei Sapho, cât și bârfele despre ea vorbesc despre relația erotică dintre femei, această practică a fost denumită lesbianism sau safism. Freud și discipolii săi credeau că o fată are toate șansele de a ajunge lesbiană dacă nu va reuși să se identifice cu mama ei, după cum un băiat va ajunge *gay* dacă nu se va identifica cu tatăl lui. La rândul lui, psihologul Michael Storm arată că fetele pot ajunge să prefere lesbianismul dacă, pe la 12 ani, nu reușesc să-și mute atenția de la prietenele lor către băieții pe care până atunci îi disprețuiau.

Activă și pasivă

Oamenii îi împart pe bărbații care fac sex cu alți bărbați în două categorii: activi și pasivi. Bărbatul care este penetrat anal e considerat efeminat, spunându-se cu ură despre el că e homosexual. Cel care penetrează este considerat în multe țări, mai ales cele de limbă latină, un bărbat aproape normal, ba chiar mai viril ca alții. Când vine vorba de lesbiene, oamenii își închipuie că una trebuie să fie mai „bărbată“ și alta foarte feminină. De fapt, ele relatează adesea că dragostea cu o altă femeie este un preludiv perpetuu, scutit de spectrul penetrării. Atunci când un cuplu de lesbiene apelează la penetrare, ele o fac ca pe o prelungire firească a excitației obținute prin tandrețe, și atunci apelează la dildo-uri, vibratoare sau la propriile degete.

Frecarea trupurilor

Tribadismul, sau frecarea trupurilor, este cea mai frecventă tehnică sexuală a lesbienelelor. Ele se apropie strâns, apoi mimează mișcările unui act heterosexual, adăugând elemente proprii, cum ar fi întrepătrunderea coapselor, astfel încât clitorisul să fie atins din ambele părți. Un alt deliciu încercat de lesbiene este stimularea sfârcurilor partenerei, care poate duce uneori până la orgasm.

Amazoanele, fără sân

Amazoanele erau o populație mitologică a Greciei antice, formată din femei războinice, care excludeau bărbații din comunitatea lor. Pentru a trage mai ușor cu arcul în timpul luptelor, ele își tăiau un sân, de unde li se trage și denumirea de amazoane (din grecescul *amastos*, însemnând „fără sân”). Băieții care se nășteau în comunitățile de amazoane erau uciși sau trimiși taților lor. Dar să vedem acum dacă există amazoane în ziua de azi.

Unele fete ajung la concluzia că ele nu aparțin sexului feminin. Fie că s-au născut cu un clitoris mai mare (fals hermafroditism), fie că nu reușesc să dobândească suficiente caractere tipic feminine, aceste fete pot prefera schimbul de tandrețe cu alte fete. Ele încep prin a admira de la distanță o fată mai gracilă, mai șovăielnică sau mai „lipicioasă” din punct de vedere afectiv, ajungând să se folosească de diversele împrejurări rezervate fetelor pentru a o atinge. De aici se poate deduce că între lesbiene se pot contura roluri polarizate: una dintre ele se poartă ca o amazoană, iar cealaltă este infantilă, vulnerabilă, neîncrezătoare în bărbați...

Când partenerul nu e om

E cât se poate de ciudat, dar unii oameni ajung foarte greu la semenii lor pentru a face dragoste și de aceea recurg uneori la parteneri din alte categorii decât cea umană. După cum vei vedea în cele ce urmează, acești parteneri alternativi

Lesbianism și tribadism

Așa cum fetele consideră că un băiat drăguț care se masturbează face o risipă inutilă de erotism, tot așa un băiat ar putea spune că două fete care fac dragoste sunt ceva fără sens. „Mai bine ar face amândouă sex cu mine, decât să se frece una de alta“, ar putea spune un băiat despre lesbiene.

Pe insula Lesbos

Cum majoritatea denumirilor ciudate își au originea în Antichitate, și lesbienele trebuiau să aibă un corespondent în vremurile acelea. Sapho era o poetă care trăia pe insula Lesbos. Pentru că atât poeziile poetei Sapho, cât și bârfele despre ea vorbesc despre relația erotică dintre femei, această practică a fost denumită lesbianism sau safism. Freud și discipolii săi credeau că o fată are toate șansele de a ajunge lesbiană dacă nu va reuși să se identifice cu mama ei, după cum un băiat va ajunge *gay* dacă nu se va identifica cu tatăl lui. La rândul lui, psihologul Michael Storm arată că fetele pot ajunge să prefere lesbianismul dacă, pe la 12 ani, nu reușesc să-și mute atenția de la prietenele lor către băieții pe care până atunci îi disprețuiau.

Activă și pasivă

Oamenii îi împart pe bărbații care fac sex cu alți bărbați în două categorii: activi și pasivi. Bărbatul care este penetrat anal e considerat efeminat, spunându-se cu ură despre el că e homosexual. Cel care penetrează este considerat în multe țări, mai ales cele de limbă latină, un bărbat aproape normal, ba chiar mai viril ca alții. Când vine vorba de lesbiene, oamenii își închipuie că una trebuie să fie mai „bărbată“ și alta foarte feminină. De fapt, ele relatează adesea că dragostea cu o altă femeie este un preludiv perpetuu, scutit de spectrul penetrării. Atunci când un cuplu de lesbiene apelează la penetrare, ele o fac ca pe o prelungire firească a excitației obținute prin tandrețe, și atunci apelează la dildo-uri, vibratoare sau la propriile degete.

Frecarea trupurilor

Tribadismul, sau frecarea trupurilor, este cea mai frecventă tehnică sexuală a lesbienelelor. Ele se apropie strâns, apoi mimează mișcările unui act heterosexual, adăugând elemente proprii, cum ar fi întrepătrunderea coapselor, astfel încât clitorisul să fie atins din ambele părți. Un alt deliciu încercat de lesbiene este stimularea sfârcurilor partenerei, care poate duce uneori până la orgasm.

Amazoanele, fără sân

Amazoanele erau o populație mitologică a Greciei antice, formată din femei războinice, care excludeau bărbații din comunitatea lor. Pentru a trage mai ușor cu arcul în timpul luptelor, ele își tăiau un sân, de unde li se trage și denumirea de amazoane (din grecescul *amastos*, însemnând „fără sân”). Băieții care se nășteau în comunitățile de amazoane erau uciși sau trimiși taților lor. Dar să vedem acum dacă există amazoane în ziua de azi.

Unele fete ajung la concluzia că ele nu aparțin sexului feminin. Fie că s-au născut cu un clitoris mai mare (fals hermafroditism), fie că nu reușesc să dobândească suficiente caractere tipic feminine, aceste fete pot prefera schimbul de tandrețe cu alte fete. Ele încep prin a admira de la distanță o fată mai grăcilă, mai șovăielnică sau mai „lipicioasă” din punct de vedere afectiv, ajungând să se folosească de diversele împrejurări rezervate fetelor pentru a o atinge. De aici se poate deduce că între lesbiene se pot contura roluri polarizate: una dintre ele se poartă ca o amazoană, iar cealaltă este infantilă, vulnerabilă, neîncrezătoare în bărbați...

Când partenerul nu e om

E cât se poate de ciudat, dar unii oameni ajung foarte greu la semenii lor pentru a face dragoste și de aceea recurg uneori la parteneri din alte categorii decât cea umană. După cum vei vedea în cele ce urmează, acești parteneri alternativi

dobândesc o complexitate tot mai mare pe scala posibililor parteneri ai unui om aflat în dezvoltare.

Scala personificării partenerului

Bineînțeles, cel mai ușor este să faci dragoste în gând. Apoi ai putea să încerci o acțiune concretă, care să-ți procure plăcerea sexuală, adică să te masturbezi. Apoi ai putea încerca o apropiere față de cineva; „masturbare în tufiș”. Apoi poate îți dai prin minte s-o faci cu o găină, căci e mai puțin pretențioasă decât o fată, apoi ajungi la obiectele aparținând persoanei dorite și, în cele din urmă, ai putea ajunge la însăși persoana dorită...

Iată că, pe măsură ce se dezvoltă din punct de vedere sexual, un adolescent îi atribuie din ce în ce mai multe caracteristici de persoană partenerului. După cum se poate observa, majoritatea partenerilor enumerați mai sus sugerează o așa-zisă deviație sexuală, căci normal este — în opinia celorlalți — să-ți începi viața sexuală direct cu o fată și nu cu propriul corp, un obiect sau o altă ființă...

Animalul, partener al omului

Destul de frecvent în mediul rural, bestialismul este acea tulburare de orientare sexuală datorită căreia un bărbat sau o femeie poate ajunge să prefere, ca partener, un animal în locul unei persoane, chiar dacă are acces la aceasta. Ceea ce merită menționat aici este că unii băieți de la sate pot ajunge la un contact sexual cu cele mai dragi animale, fiind cuprinși mai târziu de un profund sentiment de vinovăție. Până la urmă se dovedește că acea perioadă a vieții lor era cu totul tranzitorie, deși vinovăția rămâne pentru mulți ani de zile...

Bestialismul se manifestă prin felație (animalul e ademenit să lingă sexul persoanei respective), prin contact anal, vaginal, sau folosind diverse alte orificii naturale ale animalului. În felul acesta, adolescentul care practică bestialismul poate dobândi diverse zoonoze (boli caracteristice speciei respective, dar care pot fi transmise ocazional și la om).

Despre fetișism

Așa cum arată scala personificării partenerului, obiectele aparținând celui cu care ai putea face dragoste pot fi și ele, cel puțin pentru o vreme, „parteneri sexuali”. Și aici avem de-a face cu două situații în care fetișismul se poate manifesta: ca stadiu al dezvoltării normale, dar ca și practică sexuală deviantă, atunci când obiectele îi oferă fetișistului mai multă plăcere sexuală decât trupul posesorului lor.

Obiectul impregnat

Pentru un câine, întâlnirea cu planta pe care a urinat o cățea este o adevărată sărbătoare. O miroase cu insistență, îi dă ocol, o verifică încă o dată, o marchează cu propriul miros și se mai întoarce cel puțin o dată la ea. Pentru un om, prezența partenerului este mult mai complexă. Când se confruntă cu obiectele acestuia, el ia în considerare mirosul, ideea că au fost atinse de persoana dorită, chiar scenariul participării acelor obiecte la viața intimă a partenerului.

Din inventarul fetișistului

Dacă ar fi să facem o clasificare a obiectelor excitante pentru un fetișist, am putea distinge:

1. Un fetișism al materialului din care sunt făcute obiectele partenerului. Acesta poate fi moale, ca mătasea și blănurile, sau ferm, cum sunt pielea și cauciucul. Conform declarațiilor unor „practicanți”, materialele ferme sunt adesea asociate cu masochismul. Percepțiile erotice ale fetișistului pot ajunge la o mare complexitate; de exemplu, pielea hainelor sau a încălțămintei este excitantă prin textură, culoare, miros specific, la care memoria olfactivă adaugă mirosul persoanei care a purtat-o.

2. Un fetișism al formei obiectului (de exemplu, pantof sau cizmă). Și aici poate interveni sado-masochismul, căci pentru un masochist, cizma poate deveni un fetiș irezistibil mai ales atunci când o simte deasupra lui, călcându-l.

Acceptarea fetișismului

În numeroase scene intime, poți vedea un băiat sau chiar o fată purtându-se tandru cu obiectul aparținând persoanei dorite. El este atras de lenjeria ei intimă, ea se mângâie cu perna sau cu tricoul care păstrează impregnat mirosul lui. După cum spuneam mai sus, se considera că este normal ca un tânăr să adore sutienul fetei dorite, dar este mai puțin acceptabil ca el să se masturbeze în prezența acestei piese vestimentare sau să pătrundă prin efracție în casa ei pentru a i-l fura în acest scop... Se pare că preferințele fetișiste se dobândesc la vârste destul de fragede prin asocierea obiectelor cu plăceri și eliberarea de tensiuni (precum vinovăția) în prezența obiectelor. Astfel, s-a observat că mulți bărbați care fetișizau obiecte din cauciuc, simțiseră o atracție către acest material încă de la vârsta de patru ani... Alături de alte atracții către parteneri nepotrivii, fetișismul este o *parafilie*. Dar de ce oare mai mult bărbații recurg la parafilii? Se crede că datorită nevoii lor de a răspunde unor stimuli sexuali cât mai diverși.

Despre triolism și schimbism

Triolismul desemnează preferința de a face sex în trei, fie doi băieți și o fată, fie două fete și un băiat. Această tulburare a comportamentului sexual este tot mai frecventă în rândurile tinerilor care au stabilit cupluri de o oarecare durată. La rândul lui, *schimbismul* este acea atitudine sexuală anormală a două cupluri care fac schimb de parteneri; ea este mult mai rară și poate fi întâlnită mai ales la cuplurile care au deja o îndelungată durată de conviețuire.

Doi și una sau invers

„Am fost fascinată de acel bărbat din prima clipă în care l-am văzut, povestește Monica. Ne-am împrietenit repede, făcându-ne confidențe din ce în ce mai intime, dar în doar două săptămâni m-am transformat într-o fidelă ascultătoare a teoriilor lui cu privire la energiile pozitive și negative. Ceea

ce mă intriga cel mai mult era faptul că dormeam nopți întregi în același pat fără să se dea la mine. Numai că într-o zi a mai venit pe la el o fată; l-am ascultat amândouă și ea l-a sărutat de față cu mine. În loc s-o mângâie pe ea, el m-a mângâiat pe mine, apoi mi-a culcat capul în poala lui și uite-așa am ajuns să-i fac sex oral, în timp ce fata cealaltă îl săruta de zor. Și-a dorit foarte mult să ne mângâiem una pe alta pe sâni și am făcut-o și pe asta. Mi-a fost cam greu, dar cred că merita." Această relatare a Monicăi nu și-ar fi găsit locul aici dacă eu nu mi-aș fi dorit foarte mult ca fetele să înțeleagă faptul că băiatul care solicită un act de triolism sau unul de schimbism face un abuz.

Prietena prietenului

Nu rareori, prietenul iubitului tău se poartă deosebit de atent cu tine. El te consolează atunci când sunteți certați, el este confidentul tău oarecum legitim, căruia-i spui aproape tot, inclusiv detalii erotice, că doar petreceți destul de mult timp împreună. Dar tot el este acela care, atunci când plângeai după iubitul tău, te lua în brațe și avea o erecție... Cu toate acestea, și el are o prietenă. Într-o seară, ei erau certați, iar tu și cu iubitul tău v-ați separat, fiecare ocupându-se de prietenul de sex opus. Când v-ați reunit, fiecare dintre voi tindea să ia apărarea celui prieten cu care făcuse schimb de confidențe. Un fel de gelozie reciprocă s-a instalat, căci simți la partenerul tău un amestec de conspirație și atracție față de cine nu trebuie. Ei bine, în loc să se certe, unele cupluri recunosc pe față o astfel de atracție încrucișată și ajung chiar să schimbe între ele partenerii. O astfel de practică, numită schimbism, era destul de răspândită în SUA prin anii '70, când tinerele familii americane, ajunse la o oarecare stabilitate socială, se împrieteneau intrând în competiție atât pe plan material, cât și sexual.

Demnitatea de a fi unic

În esența lui, triolismul și chiar schimbismul au ceva comun cu scenele în care doi sau mai mulți băieți fac „poștă”

o fată, situație care seamănă mai mult a viol. De ce? Pentru că rareori se întâmplă ca o fată să-și dorească cu adevărat așa ceva; dacă acceptă, o face pentru că simte că are un handicap față de partenerul ei, pe care nu-l mai poate „mișca” decât cu astfel de delicii. Cauza, conștientă sau nu, a faptului că un băiat solicită o partidă de triolism este tendința lui de a alcătui o parteneră din fragmente luate de la diverse femei, a căror identitate nu îl interesează prea mult. Acceptarea unui partener de același sex într-o situație heterosexuală este un act profund nenatural și exprimă un dezechilibru serios de orientare sexuală. Aproape întotdeauna triolismul, ca și schimbismul, reprezintă un deliciu pentru cel mult o persoană și un traumatism pentru cel puțin o altă persoană.

Ceva nu merge...

De obicei, eșecul este lăsat la urmă. Dar în viața sexuală, o dată cunoscut, el este așezat în față. Parcă nici o altă cădere nu are impact mai mare în viața adolescentului, căci pentru el a fi iubit înseamnă a fi, iar a putea face dragoste înseamnă a putea orice.

Amanți și amante

Deși oamenii au tendința de a o cataloga drept „curvă” atât pe femeia care se culcă pentru bani, cât și pe cea care se culcă cu un bărbat însurat, nu trebuie făcut neapărat un paralelism între prostituție și adulter. E adevărat, majoritatea clienților unei prostituate sunt bărbați căsătoriți, dar amantă adevărată nu este o prostituată, ci o femeie care speră să va obține cândva drepturile exclusive asupra acelui bărbat. Și tu ți-ai putea dori așa ceva, nu?

Surpriză: „El” e însurat!

S-ar putea întâmpla ca, amestecând în sinea ta sexualitatea cu figura tatălui, să simți un fel de magnetism către bărbații mai în vârstă. Iar peste doar câțiva ani să afirmi cam așa: „Nu știu cum se face, dar mereu nimeresc bărbați însurați!” Desigur, această situație ar putea face parte din categoria: „Orice tip ca lumea are deja pe cineva.” Și te conduce la febrilitatea tipică fetei care caută verigheta pe degetul unui tip bine. La aflarea vestii că bărbatul pe care-l plăci e căsătorit, te poți simți zdruncinată și obligată să împaci iubirea pentru el cu principiile fidelității. Sau ai putea să te adaptezi rapid la acest detaliu, ignorând-o pe soția iubitului tău. Și acum urmează întrebarea: e bine să iubești un bărbat însurat?

Iar dacă ți-aș răspunde că „nu”, ai ține cont de răspunsul meu? Probabil că nu... Dacă îți faci iluzia că el va divorța de nevasta lui pentru a trăi cu tine, află că sunt doar vreo două motive pentru care un bărbat ar face așa ceva:

- își dorește să facă din tine o femeie așa cum îi place lui, iar asta presupune renunțarea la afirmarea personalității tale și conformarea cu ideile lui despre femeie;
- are nevoie de o nouă mamă, puternică, dotată cu spirit de sacrificiu, a cărei sexualitate să fie neglijabilă.

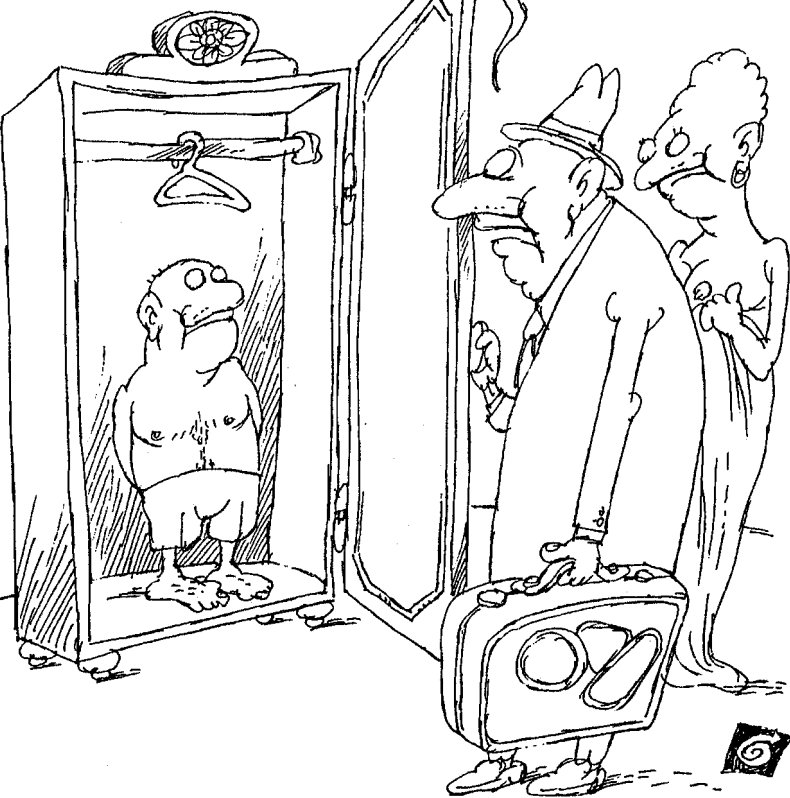
Să fii cu o femeie măritată

Atunci când se hotărăsc să devină amănți, unii băieți pornesc de la ideea că o femeie măritată este mai bună decât o fată pentru că în mod sigur ea nu face nazuri când vine vorba de sex, dar și pentru că pot pune în aplicare împreună cu ea o conspirație împotriva bărbatului ei. Să fii mai performant din punct de vedere sexual decât partenerul legitim — iată o fantasmă veche pe care mai toți bărbații o poartă în sine încă din copilărie, cel puțin așa spun psihanalistii. Și iarăși se ivește întrebarea: merită să umbli cu o femeie căsătorită? Răspunsul este din nou „Nu”. Ba chiar acest răspuns ar fi „Categoric nu!” în situația descrisă mai jos.

Atunci când soțul ți-e cunoscut

Bărbații au un cod al bunelor maniere care reglementează relațiile dintre ei mai ales când e vorba de femei. Doi prieteni își vor salva prietenia atunci când iubesc aceeași femeie și discută deschis hotărând care dintre ei să rămână cu ea. Tot așa, când ai dat mâna cu un bărbat însurat, i-ai promis mai mult sau mai puțin conștient că nu te vei atinge de femeia lui. De aceea, este deosebit de important să nu ai o relație amoroasă cu o femeie al cărei soț ți-e cunoscut. Consecințele acestei relații ar veni atât din sfera vinovăției resimțite față de acel bărbat, cât și din răzbunarea pe care o va pune acesta în practică, știindu-se trădat de un cunoscut. Și ar mai fi ceva: cunoașterea directă a celui legitim este capa-

Şİ TU, BRUTUS?



bilă să producă un complex de inferioritate sexuală față de el chiar și peste ani, datorită conștientizării faptului că femeia care este acum cu tine a fost mai întâi a aceluia și a detaliilor cunoscute despre viața lor intimă, care te macină.

Când amanta e înșelată...

Dacă pentru amant e greu de acceptat ideea că cel legitim a fost înaintea sa, în schimb pentru amantă este greu de acceptat că și ea poate fi înșelată. Multe amante tinere se simt trădate dacă amantul lor se mai culcă uneori cu soția lui. Iar dacă se dovedește că el mai are încă o amantă, atunci e dramatic... De aceea, mă văd nevoit să dau câteva sfaturi acelei persoane care simte că ar putea fi înșelată:

1. Fii imprevizibilă! Dacă prietenul tău știe dinainte ce vei face mâine, atunci va fi predispus să te înșele.

2. Încearcă să faci mici trucuri „paranormale” de genul premoniției sau al telepatiei, așa cum obișnuia mama lui să facă atunci când voia să-l prindă cu o minciună.

3. N-o critica pe cea cu care te-ar putea înșela. Ba, dimpotrivă, laud-o și vei vedea că tocmai el este acela care o critică în mod forțat în fața ta, dar niciodată de față cu ea.

Ejacularea precoce

Un adevărat flagel al bărbaților, ejacularea precoce e în stare să strice atât stima de sine, cât și viața de cuplu a celui afectat de ea. Pentru numeroși bărbați, nu e nimic mai penibil decât să constate că „au terminat” înainte ca partenera lor să aibă cea mai mică plăcere sexuală. Și toată această „tragedie” se petrece din cauza decalajelor de dinamică sexuală dintre cei doi parteneri.

Graba strică „treaba”

Tipică pentru băiatul care face sex pentru prima dată, după o îndelungată abținere, este așa-numita *ejaculare ante-portas*. Excitat la culme de preludiu, dar mai ales de

așteptările lui fierbinti, băiatul se grăbește să facă în sfârșit gestul absolut al penetrării. Și... ce să vezi? Ejacularea se produce exact în momentul în care sexul lui se află în fața sexului ei, gata de a începe partida... De aici și denumirea de ejaculare „în fața intrării”. Acest tip de tulburare arată faptul că timpul sexual al băiatului se condensează atât de tare, încât cea mai mare parte a actului sexual se desfășoară accelerat în mintea lui, astfel încât momentul atingerii partenerei devine momentul orgasmului său. Ar fi mult mai bine dacă acest băiat s-ar ocupa mai degrabă de senzațiile partenerei decât de gândul penetrării.

Cu cine ai ejaculare precoce?

După cum menționam mai sus, în primul rând cu prima parteneră. O altă situație frecventă este cea a bărbatului de treizeci de ani, cu serviciu solicitant, care se întoarce acasă obosit. El găsește acolo o soție care a deprins majoritatea plăcerilor și a fanteziilor sexuale, devenind astfel o mare doritoare de orgasm. El știe că e nevoie de ceva timp pentru a obține orgasmul ei și tocmai acest gând îl face să se precipite. Unii bărbați spun că au ejaculare precoce mai ales cu femeile nou ivite în patul lor, în timp ce cu cea legitimă nu au mai niciodată. Din nou, se poate spune că aceasta este o chestiune care depinde de timpul acordat partenerei, căci cu cea legitimă îți permiți să petreci zile întregi în pat, în timp ce cu cea nouă e o chestiune de minute.

Cunoaște-ți sexualitatea altfel!

Așa cum ai văzut deja (v. *Genitalizarea*, vol. I), una dintre etapele de dezvoltare a persoanelor sexual active este afirmarea zonei genitale în cadrul schemei corporale. Atât în cazul erecției insuficiente, cât și în cel al ejaculării precoce, bărbatul tinde să acorde o atenție prea mare propriului sex: îl măsoară, îl verifică, îl poartă în gând la fiecare mișcare sexuală. Nu e nimic mai dăunător decât să te gândești la penisul tău în timp ce faci dragoste cu prietena ta. Mai bine

ai face să te gândești la el în momentele cele mai relaxate, observând ce părți ale lui declanșează ejacularea. Cea mai sensibilă parte a penisului este glandul, acea cupolă roz de la vârf, ca o pălărie de ciupercă, numită popular „cap”. Încă dinainte de actul sexual, glandul poate fi iritat de diversele secreții care se adună în șanțul de la baza lui, ceea ce face ca excitarea să fie mult mai rapidă. Concluzia? Ar trebui să te speli mai des... Următoarea parte sensibilă a penisului este fața ventrală; ea este mai moale, găzduiește uretra și câteva vase de sânge mai mari, ceea ce o face mai fragilă. Atunci când această față este frecată insistent de părțile tari ale partenerei (cum ar fi pantalonii ei, osul pubian etc.) uretra se irită și ejacularea se precipită. Cea mai puțin sensibilă este partea dorsală, cea dinspre abdomen. Cu cât este mai aproape de rădăcină, cu atât o atingere a acestei fețe este mai puțin excitantă. De aceea, pentru frecarea din timpul actului sexual e bine să fie folosită preponderent această parte — mai ales că ea este cea care este situată spre clitorisul partenerei —, obținându-se astfel o mai redusă excitare a lui și o mai puternică excitare a ei...

Terapii și secrete

Să ne lămurim: ejacularea precoce nu este o boală, ci o tulburare pe deplin reversibilă. Din moment ce ea constă într-o precipitare a plăcerii, înseamnă că cel mai bun remediu împotriva ei este principiul amânării. În virtutea acestui principiu ai învățat să faci la oliță, să stai cuminte în bancă și să aduni mai mulți bani ca să-ți cumperi o bicicletă. Pe același principiu se bazează și terapia imaginată de sexologii americani Masters și Johnson pentru tratarea ejaculării precoce.

Pentru a avea succes într-un procent de peste 90%, această terapie trebuie să implice ambii parteneri și să se desfășoare disciplinat. Se începe prin sesiuni sexuale în care ea îl stimulează pe el cu mâna sau oral (în funcție de preferințele cuplului), până când el simte că se apropie ejacularea, moment în care îi dă de înțeles să se oprească; atunci ea tre-

buie să strângă ferm penisul de sub gland, până când senzația de ejaculare iminentă dispare complet. Această metodă se numește în engleză *squeezing therapy*... Atenție: oprirea stimulării trebuie să se producă din timp, astfel încât să nu apuce să se instaleze deja primele contracții de ejaculare! Se continuă așa vreme de cel puțin trei săptămâni.

Apoi se trece la etapa a doua, în care se poate face dragoste, dar numai în poziția în care ea stă deasupra. Din nou, el spune când îi vine să termine, ea se oprește și repetă procedura din prima etapă. Se poate observa deja că timpul scurs de la începutul stimulării până la apariția senzației de ejaculare iminentă este tot mai lung. Se continuă așa vreme de alte trei săptămâni. De-abia după această etapă se poate trece la cea finală, în care El stă deasupra, devenind în sfârșit parte activă; se procedează la fel, retrăgând penisul atunci când apare senzația de ejaculare și strângându-l de sub gland. Terapia încetează de obicei după trei săptămâni pentru că cei doi parteneri sunt mulțumiți de durata actului sexual...

Alte șiretlicuri

Unii băieți preferă să aplice această terapie singuri, în cadrul sesiunilor de masturbare. O astfel de metodă are un efect limitat, mai ales din cauza faptului că nu reprezintă o situație sexuală reală, cu o parteneră solicitantă, având mișcări proprii.

Unii medici se grăbesc la rândul lor să-și ajute pacientul folosind metode cât mai simple și îi recomandă tot felul de geluri și spray-uri conținând anestezice locale. Aplicat pe un penis în erecție, un astfel de preparat diminuează sensibilitatea superficială, făcând ca orgasmul bărbatului să survină mai târziu. Numai că e destul de penibil să te pregătești astfel pentru sex, ca să nu mai vorbim de dependența psihologică pe care o poți dobândi față de această metodă.

Tot un efect de reducere a sensibilității locale îl are și recomandarea ca băiatul să poarte penisul decalotat, adică necoperit de piele. Acest mic secret este menit să supună părțile cele mai sensibile ale sexului său unui contact pre-

lungit cu lenjeria de corp, care trebuie să fie neapărat curată...

Dar poate cel mai important secret împotriva ejaculării precoce este cel legat de relația cu partenera. Dacă vei ști să acorzi atenție persoanei și nu sexului ei, dacă vei ști s-o privești în ochi, în loc să te gândești la sexul tău cu ochii închiși, și vei adopta un ritm lent, unduios și nu unul sportiv, precipitat, atunci va fi bine...

Impotența

Ți-a trecut cumva prin cap că ești impotent? Dar oare știi cu adevărat ce este impotența? Numeroși băieți consideră că au ajuns la impotență pentru simplul fapt că nu mai ating aceleași performanțe ca cele din urmă cu un an, iar când merg la un terapeut îi cer acestuia să le „repare” potența făcând-o „așa cum a fost”.

Să ne înțelegem: fiecare fază a dezvoltării sexuale masculine își are potența ei. Un bărbat căsătorit are o cu totul altă frecvență a actelor sexuale decât un adolescent, iar erecția lui este cu totul diferită de a acestuia. Când survine cu adevărat, impotența se manifestă prin incapacitatea unui bărbat de a întreține un act sexual.

Verbul „a putea”

Acesta este cuvântul de căpătâi al bărbaților. Vrei să-i faci un compliment unui bărbat? Spune-i că poate. Vrei să provoci un bărbat la bătaie? Spune-i că nu poate. Ba, pentru ca lucrurile să fie și mai delicate, un bărbat nu poate oricum, ci prin intermediul unui „instrument”... Încă de mic, băia-tul devine deosebit de interesat de mașini, calculatoare etc., iar dacă „instrumentul” îl lasă baltă, el devine demn de milă.

Impotent sau infertil?

Trebuie neapărat să facem distincție între impotență și infertilitate, căci prea des auzim fraza: „N-are copii, că e

impotent." Impotent ești atunci când aparatul tău genital nu produce suficientă erecție astfel încât să poți întreține un act sexual clasic. Infertil ești atunci când aparatul tău genital nu produce sperma necesară unei fecundări. Această situație nefericită are loc atunci când testiculele și căile spermatiche nu sunt dezvoltate suficient sau au fost lezate în vreun fel. De aici poți deduce că un testicul sănătos este suficient pentru a putea avea atât copii cât și pentru a avea o activitate sexuală normală. Pentru a ști exact cum stau lucrurile cu fertilitatea ta, poți face o spermogramă, adică o analiză din care medicul endocrinolog află câți spermatozoizi ai într-un mililitru de spermă, cât de mobili sunt ei și ce alte calități mai are sperma ta...

Ce poți face pentru potența ta?

Funcția erectilă a unui bărbat depinde de o serie de aspecte ale sănătății sale, precum:

- un sistem nervos integru, mai ales în zona sacrală a măduvei spinării;
- un aparat circulator sănătos, mai ales în regiunea arterelor din zona pelvină;
- un metabolism bun, mai ales ferit de diabet și alcoolism;
- o viață fără droguri și medicamente sedative.

În ceea ce privește masturbarea, ea nu afectează funcția erectilă decât dacă este practică în exces (de exemplu, de mai multe ori pe zi).

Disfuncția erectilă

Jumătate dintre bărbații aflați sub vârsta de 40 de ani au pățit-o măcar o dată, fie la începutul primului contact sexual, fie când se așteptau mai puțin. De altfel, ca să poți spune că ai o disfuncție erectilă, trebuie să ratezi din cauza pierderii erecției mai mult de un sfert din tentativele de a face sex. Ca și în cazul disfuncției orgasmice, disfuncția erectilă poate fi:

- primară, prezentă încă de la începutul vieții sexuale;

- secundară, dobândită în urma unor situații care afectează masiv capacitatea erectilă;

- circumstanțială, prezentă numai în anumite situații.

Mai puțin de jumătate dintre cazurile de disfuncție erectilă sunt cauzate de o boală somatică, iar celelalte au cauze de natură psihologică. Pentru a se convinge că nu le-a scăzut potența, mulți băieți „se verifică” zilnic prin masturbare. Dragi băieți, nu este necesar; dacă aveți vreo bănuială în privința capacității voastre somatice de a avea erecții, nu trebuie decât să observați dacă aveți erecții spontane (reflexe) dimineața. Iată câteva metode care pot duce la o îmbunătățire a erecției:

- abținerea (cea mai naturală metodă). E recomandabil să faci o pauză în activitatea sexuală de aproximativ trei săptămâni și vei vedea cu siguranță efectele;

- medicamentele pe bază de nitriți, cum ar fi viagra, produc de obicei efecte asupra tuturor vaselor de sânge, nu numai a celor situate la nivel genital;

- strangularea la rădăcină a penisului, prin folosirea inelelor elastice, de exemplu, este o metodă care poate leza atât vasele de sânge, cât și uretra;

- relaxarea. Nu uita un lucru: pentru a avea o erecție nu trebuie să te scremi, ci mai degrabă să te relaxezi!

Sexul la rece

În limba latină, *frigidus* înseamnă rece sau inert. Deoarece termenul de frigiditate este ambiguu, incluzând incapacitatea femeii de a se excita, a avea plăcere sexuală și a trăi orgasmul, această tulburare a fost denumită științific disfuncție sexuală generală a femeii. În ultimele decenii, tulburările de dinamică sexuală ale femeii au devenit tot mai nuanțate, incluzând dispareunia, disfuncțiile orgasmice, ahedoniile etc. În tot acest hățiș de tulburări sexuale, una mai importantă decât alta, cea care trebuie să pună diagnosticul este femeia, nu partenerul ei sau, în exclusivitate, medicul.

Cînd o să-ți vină și ție?

Faptul că nu ai orgasme acum nu e o tragedie. Orgasmul nu e un scop în sine; el trebuie să fie doar unul dintre motivele de a face sex, alături de procreare, cunoaștere și împlinirea iubirii. După părerea majorității sexologilor, o femeie tânără are la dispoziție între trei luni și trei ani pentru a simți primul ei orgasm, fără să se spună despre ea că este frigidă. De ce este acest interval de timp atât de larg? Deoarece condițiile de desfășurare a vieții sexuale sunt foarte diferite de la o persoană la alta. Și în plus, fiecare persoană are nevoie de o anumită perioadă de dezvoltare hedonică.

Ahedonie sexuală

Unii parcurg etapele dezvoltării hedonice într-un ritm mai intens, alții se feresc o perioadă îndelungată de expunerea la plăceri care depășesc un anumit prag. Așa se face că te poate prinde din urmă vârsta sexualității fără ca tu să știi cum se caută o plăcere, cum se gustă ea și cum trebuie împărtășită cu celălalt. Astfel, se poate instala un comportament evitant în fața persoanei cu care ai putea avea relații sexuale și chiar o lipsă de interes față de sexualitate. Ba chiar mai rău, îți poți începe și continua viața sexuală fără să ai vreo plăcere, lucru care îl poate determina pe partenerul tău să se creadă nepriceput. În S.U.A., lipsa plăcerii sexuale afectează cam 30% dintre femei și 16% dintre bărbați. Dar poate cea mai răspândită tulburare hedonică a sexualității este cea descrisă mai jos...

Decalajul de dorință

Întâi am eu chef, iar tu mă refuzi. Apoi îți vine ție, dar nu mai vreau eu. Pare un joc, dar această formă de relaționare sexuală poate duce la încetarea activității sexuale a unui cuplu pentru luni, chiar ani de zile. Există cauze biologice (precum discrepanța de bioritm), dar și sociale (ca, de exemplu, decalajul ivit între programele de lucru al partenerilor). Cea mai frecventă cauză este însă de natură psihologică:

amândoi ar vrea să facă aici și acum dragoste cu partenerul ideal, care nu este cel de alături. Pentru a elimina un astfel de decalaj hedonic, ambii parteneri trebuie să-și acorde din când în când un timp suficient de lung, cum ar fi vacanțele sau *weekend*-urile prelungite, care să le permită să se adapteze și să se redescopere reciproc nu numai din punct de vedere sexual, ci și general uman.

Disfuncția orgasmică

Cam o treime dintre femeile active sexual au tulburări orgasmice. După cum menționam mai sus, calificativul cel mai exact pentru ele nu este cel de frigiditate, ci acela de disfuncție orgasmică. Sexologii disting trei feluri de astfel de disfuncții:

1. *Disfuncția primară*, a femeii care nu a avut niciodată orgasm. Această disfuncție e strâns legată de incapacitatea generală a acelei femei de a trăi o plăcere. Am fost surprins să aflu că o bună parte dintre pacientele mele nu aveau orgasm pentru că se temeau atât de tare de el, încât întrerupeau actul sexual imediat ce îl simțeau apropiindu-se.

2. *Disfuncția secundară*, a femeii care, deși a avut cândva orgasm, nu îl mai poate experimenta în prezent din cauza unor situații care au intervenit în viața ei sexuală. Aici își spun cuvântul traumele de natură sexuală, precum confruntarea cu violul, vinovăția, boala aparatului genital, dar și relația sexuală cu un partener nepriceput.

3. *Disfuncția situațională* este acea disfuncție orgasmică manifestată de un bărbat sau o femeie doar în anumite situații. Una dintre cele mai răspândite astfel de situații este legată de partener: o femeie nu are orgasme cu un anumit bărbat (de exemplu, cu soțul ei), dar are în compania altuia (de exemplu cu... amantul). Frecventă este și acea situație în care femeia are orgasm prin masturbare, dar nu-l mai are prin contact sexual.

Disfuncții orgasmice au și bărbații. Din cauza unor nevroze severe, a influenței unor medicamente, sau a unei parteneri nu tocmai potrivite, orgasmul bărbatului poate fi întâr-

ziat sau ratat prin pierderea erecției. De obicei, bărbații se arată mult mai afectați de lipsa orgasmului decât femeile și de aceea nu întârzie să ceară ajutor medical. Ceea ce nu e rău...

Vaginism și dispareunie

Cum să ai orgasm dacă ți-e frică? În situații de stres acut, tot corpul tău se apără. Iar dacă ai vagin, până și el se contractă. Această contractare a mușchilor aflați la intrarea și în profunzimea vaginului se numește *vaginism*, manifestare considerată inamicul numărul unu al penetrării, mult mai redutabil decât prezența himenului. Insistența de a face sex vaginal cu o femeie care suferă de vaginism este o agresiune capabilă să ducă la o tulburare durabilă: *dispareunia*.

Dispareunia este dificultatea de a face sex în condițiile în care actul sexual devine dureros, în mintea femeii producându-se o asociere a sexului cu durerea, mai ales dacă bărbatul insistă să facă sex atunci când partenera lui nu se simte bine. Pe lângă aceasta, numeroase boli inflamatorii ale aparatului genital pot duce la dispareunie, motiv pentru care trebuie să știi să faci diferența între gemetele de plăcere și cele de durere (v. *Pragul durerii*, vol. I).

Ceea ce știi mai puțin este că și bărbații pot suferi de dispareunie; penisul, uretra și testiculele sunt organe deosebit de vulnerabile în fața bolilor inflamatorii, care produc dureri locale total nepotrivite cu un act sexual satisfăcător. Tot o dispareunie masculină se instalează și atunci când bărbatul este solicitat să facă sex de mai multe ori la rând, situație în care erecțiile devin dureroase, iar ejaculările survin greu, după îndelungi suprasolicitări mecanice. Ține minte: tratamentul dispareuniei, provocată de afecțiuni locale, începe de obicei cu un repaus sexual, menținut până când aparatul genital se află în perfectă stare de sănătate.

Se spune că el e de vină

În zilele noastre există o mulțime de mituri legate de sexualitate, iar unul dintre ele spune că frigiditatea femeii se datorează nepriceperii bărbatului. Este pe deplin adevărat

că un bărbat agresiv, sovăielnic, grăbit, insensibil poate produce daune greu reparabile în dinamica sexuală a femeii, dar rolul esențial în trăirea plăcerii sexuale a femeii îl are ea însăși. Ce poți face tu, ca fată, pentru a favoriza apariția orgasmelor în viața ta sexuală?

- îngrijește-te de sănătatea aparatului tău genital. Aceasta presupune consultații ginecologice periodice, evitarea chiuretajelor și aplicarea manevrelor Kegel (v. *Sexul cu bile*);
- fă dragoste cu persoana dorită;
- învață să-ți conștientizezi excitația sexuală. Pentru aceasta, trebuie să-ți explorezi zonele erogene, să observi ce se întâmplă în corpul tău în prezența unei persoane plăcute, să-i comunici într-un fel partenerului senzațiile tale erotice;
- când faci dragoste, joacă alternativ, nu simultan, rolul de partener activ și cel de partener pasiv.

Rănile sexuale

Îmi aduc aminte că primele simptome de boală pe care le-am învățat studiind medicina au fost grupate de către medicul medieval Celsus în sindromul ce descria inflamația: *rubor, dolor, tumor, calor et functio laesa*, adică roșeață, durere, umflătură, căldură și funcție alterată. De câte ori vei observa că aparatul tău genital manifestă toate aceste simptome, să știi că te paște o boală acută, pe care trebuie s-o tratezi cu seriozitate. Astăzi, o astfel de afecțiune se numește BTS, adică boală cu transmitere sexuală. În trecut, ea se numea boală venerică, de la numele zeiței dragostei la romani, Venus.

Gonoreea

Pe vremea lui Napoleon, soldații se confruntau cu această boală mai ceva decât cu gloanțele, dată fiind includerea prostituatelor în dotarea armatei. Numele ei științific este *uretrita gonococică*, adică inflamația uretrei prin infectare cu gonococ, iar popular i se spune „sculament”, datorită erec-

țiilor prelungite și dureroase pe care le produce. Primul semn de gonoree este apariția la 3–5 zile de la contactul sexual a unei secreții la început clare, apoi galben, cremoase. Apar usturimi la urinat, semn că, dacă nu va fi tratată, infecția va afecta și căile urinare și testiculele, ducând chiar și la infertilitate. La femeie, uretrita gonococică poate trece neobservată pentru că uretra ei este mult mai scurtă iar secrețiile sunt ceva obișnuit. Dar și aici, gonoreea poate duce la complicații, infectând trompele uterine, articulațiile, chiar și valvele inimii.

Gonococul, cel care produce toate aceste necazuri, se poate transmite și la nivel bucal, rectal și ocular. De aceea, când un copil se naște la maternitate, se pun imediat niște picături în ochi, pentru că riscă să se infecteze cu gonococ din vaginul mamei... Noroc cu penicilina, căci gonococul este deosebit de sensibil la ea, cu o singură condiție: să fie administrată în doză suficientă.

Pe lângă gonococ, mai există și alți germeni, cum ar fi *Chlamidia trachomatis*, care provoacă ceea ce medicii numesc *uretrită nespecifică*. Diferența față de uretrita gonococică constă în faptul că apare mai ales la parteneri mai educați, neavând nevoie de un mediu promiscuu pentru a se propaga, produce o secreție clară, o mai prelungită usturime la urinat și este sensibilă la tetraciclină și eritromicină.

Herpes genital

Când faci vărsat de vânt, adică varicelă, virusul are ocazia să se cantoneze pentru toată viața în corpul tău. Tot așa face și o rudă de-a lui, virusul *Herpes simplex*. Virusul Herpes de tip I erupe din când în când la nivel bucal, sub forma unor bășicuțe dureroase, care apoi se sparg și lasă o rană greu de vindecat. Virusul Herpes de tip II erupe de obicei la nivel genital, de unde poate fi luat sau dat, inclusiv prin sex oral. Dacă l-ai luat, în câteva zile îți apar mici bășici dureroase pe mucoasa genitală, pe labii sau penis, în jurul anusului. Ele se vindecă singure în trei săptămâni, dar virusul continuă să trăiască în organism toată viața, erupând cam de patru

ori pe an, producând febră, dificultăți de urinare, dureri de cap. Infecția cu virusul *Herpes* nu se vindecă. Există doar unele vaccinuri care o pot preveni, precum și medicamente de tipul *aciclovir*, care mai reduc erupțiile. În schimb, o astfel de infecție crește riscul de cancer la nivelul aparatului genital.

Sifilis

În urmă cu doar câțiva ani, se credea că sifilisul este o boală a secolelor trecute. Dar, ca și tuberculoza, această boală a revenit în trombă pe meridianele noastre, dovedind că suntem din ce în ce mai vulnerabili în fața maladiilor cu transmitere sexuală. Deși este mai puțin răspândit decât gonoreea, sifilisul are o gravitate mult mai mare.

Agentul patogen, numit *Treponema pallidum*, este răspândit prin contactul dintre organele genitale și zona lezată a persoanei infectate, dar poate fi transmis și de la mamă la făt, caz în care boala se numește *sifilis congenital*. Primul semn al sifilisului este *șancrul*, o leziune nedureroasă, rotundă, netedă și cu marginile ridicate, ca un crater. Ea poate să apară pe organele genitale sau chiar în gură, în funcție de tehnica sexuală folosită. De aici înainte, dacă nu este tratat, sifilisul va trece de la faza primară la cea secundară, manifestată printr-o erupție, căderea părului, dureri ale membrelor, febră ușoară și alte semne care imită simptomele altor boli.

Cel mai periculos stadiu este cel latent, când, datorită diminuării simptomelor, bolnavul crede că a scăpat și nu se tratează. În acest timp, *Treponema* își vede de treaba ei, infiltrându-se în cele mai prețioase organe, cum ar fi vasele de sânge, creierul, oasele și producând astfel *sifilisul terțiar*, care poate fi mortal sau poate duce la paralizii și la alte complicații serioase.

Dacă ai făcut imprudența de a face sex neprotejat cu o persoană puțin cunoscută și constăți apariția șancrului, medicul îți poate recomanda o analiză numită Bordet-Wasserman, din care se poate deduce ușor dacă ai fost infectat cu *Treponema*. Urmând un tratament susținut cu penicilină, te

vei putea vindeca fără urme. Dacă ajungi însă la stadiul de sifilis terțiar, nimeni nu-ți mai poate garanta acest lucru...

Păduchii lați

Chiar dacă nu faci sex, tot poți lua o boală venerică. De la toaleta publică, de pe lenjeria altei persoane, din sacul de dormit, de pe prosop sau prin contactul direct cu părul pubian al cuiva poți căpăta o parazitoză numită *pediculosis pubis*. Parazitul, cunoscut sub numele popular de „păduche lat”, e cât un ac de gămălie și, privit la microscop, seamănă cu un crab. El se simte de minune în părul pubian, în care-și depune ouăle, iar hrana lui este sângele recoltat prin înțepături, care-ți provoacă mâncărimi și unele suprainfecții locale. Ca să scapi de acest parazit, trebuie să folosești loțiuni, creme sau șampoane care conțin benzen hexaclorid.

Verucile genitale

Este suficient un singur contact sexual neprotejat pentru ca, după 2–3 luni, să te procopsești cu veruci, care seamănă cu niște mici buchete de conopidă apărute în zona genitală. Ele sunt produse de virusul *Papiloma* uman, virus atât de contagios încât se răspândește la două din trei persoane cu care cel infectat are contacte sexuale. Vegetația poate crește repede răspândindu-se ușor; ele sunt dureroase dacă sunt iritate prin scărpinare sau contact sexual. Marele neajuns provocat de ele este riscul de a face cancer în zona pe care persistă. De aceea, verucile trebuie tratate la dermatolog cu acid tricloracetic, laser sau aplicații de acid azotic lichid (acesta din urmă fiind atât de rece, încât le face să cadă).

Candidoza

În afară de bacterii, oamenii se mai pot infecta și cu ciuperci. Una dintre ciupercile cele mai răspândite pe cale sexuală este *Candida albicans*, care în mod normal trăiește în organele genitale ale femeii sănătoase, împreună cu alte microorganisme locale. Când femeia se află în situații pre-

care, fiind afectată, de exemplu, de diabet, menstruație prelungită, efectele pilulelor anticoncepționale, tratament cu antibiotice, ciuperca se înmulțește nepermis de mult și produce *candidoza genitală*. Aceasta se manifestă prin depozite albe ca brânza, apărute în locurile cele mai ferite ale organelor genitale, cum ar fi cutele dintre labii sau șanțul de sub capul penisului. Până la urmă se ivesc o mâncărime și o usturime atât de supărătoare, încât persoanei respective numai de sex nu-i arde. Ba chiar se pot ivi eczeme, niște zone roșii zemuinde, situate între labii sau scrot și coapse, foarte greu de vindecat. Trebuie să știi că această ciupercă poate ajunge și în gură sau chiar mai departe pe tubul digestiv în cazul în care, fiind într-una dintre situațiile vulnerabile menționate mai sus, ai contacte sexuale de tip oral cu persoana purtătoare de *Candida*. Candidoza se tratează cu antimicotice, dar și prin ameliorarea situațiilor precare menționate mai sus.

Trichomoniasa

Trichomonas vaginalis este o adevărată minge de ping-pong care trece de la femeie la bărbat și invers. Ea se poate dezvolta atât de abundent la femeie, încât ajunge să producă niște secreții albe sau gălbui care irită zona genitală și produc un miros specific de pește stricat. De aceea, după ce s-a excitat partenera cu degetul, n-ar fi rău ca băiatul să-l miroasă puțin înainte de a trece la penetrare... Nu de alta, dar trichomoniasa este un frecvent motiv de ceartă între parteneri pe teme de infidelitate, căci se transmite foarte ușor, mai ales că bărbatul nu manifestă nici un semn de boală; el doar o transmite. Cu toate acestea, el și partenera lui trebuie să se trateze cu *metronidazol*, dacă vor să scape de trichomoniază. Ar mai fi un detaliu: *Trichomonas* se poate transmite și prin toalete, băi, lenjerii, nu doar prin contact sexual...

Hepatita

Există trei tipuri de hepatită: de virus A, transmisă prin alimente și mâini nespălate, de virus B, transmisă prin sânge și contacte sexuale, de virus C, transmisă prin sânge. Virusurile

hepatitei afectează ficatul, cu o gravitate ceva mai mică în cazul hepatitei A și cu efecte mult mai serioase la hepatitele B și C. Hepatita B, destul de gravă prin durata bolii și severitatea complicațiilor, este frecvent transmisă pe cale sexuală, dar lumea pare să ignore acest lucru. Dacă vrei să te ferești de hepatita B transmisibilă sexual, trebuie să folosești prezervativul, mai ales în cazul unui partener cu antigen B prezent în sânge.

Drumul spre bordel

Se spune că sexul comercial ar fi cea mai veche meserie din lume. Prin această afirmație, bărbații își exprimă dorința de a face din prostituție o alternativă serioasă la viața de cuplu. Alături de adulter, prostituția are o imagine interioară și una exterioară, ambele foarte diferite de ceea ce se numește viață sexuală legitimă. Dar ce se întâmplă când o adolescentă, sau chiar un băiat, apucă să practice prostituția înainte de a ști ce este viața în doi? Să vedem...

Cum poți ajunge la bordel

La bordel poți ajunge când ești prea ascultătoare și respecți imaginea tatălui, reflectată în „peștele” sau clientul tău. Altfel, primul tău client poate deveni primul tău „pește”, adică omul care-ți mijlocește contactul cu un alt bărbat și negociază cu acesta termenii sexului comercial pe care-l vei practica. Relația cu acești doi bărbați („peștele” și clientul) se apropie de triolism.

Tot la bordel poți ajunge când ți-e imposibil să recunoști în fața părinților sau a colegilor că nu ești în stare să faci o carieră, dar ai nevoie de un anumit standard de viață. Fiecare act sexual la schimb devine un efort similar cu acela de a merge la serviciu pentru bani. Acest lucru se potrivește de minune cu adevărul incontestabil că, pentru a ajunge la un act sexual, bărbatul e în stare de orice, chiar și să plătească.

Prietena ta ți-a făcut sau poate să-ți facă lipeala cu primii clienți. Îți spune cât de ușor e, în timp ce tu o invidiezi pentru viața de lux pe care o duce: haine șic, restaurante, libertate, putere asupra bărbaților, o formă de respect la suprafață etc.

Băiatul și prostituata

Există prostituate care își doresc foarte mult să aibă un copil. Din această cauză, ele devin generoase față de băiatul virgin, împins de prieteni sau chiar de tatăl lui să-și înceapă viața sexuală într-un bordel. Cum e bine să se poarte băiatul?

În primul rând, un bărbat nu trebuie învățat de o femeie să facă față dificultăților sexuale; chiar dacă nu știe să înoate, i-ar pica mult mai bine să învețe de la un bărbat decât de la femeia în fața căreia ar vrea să se dea mare.

Al doilea impediment major vine din faptul că actul lui sexual este controlat de alți bărbați; ei îl trimit la prostituată, ei îi stabilesc standardul, ei îl verifică după aceea. Nu exagerez spunând că aproximativ 10% din pacienții mei cu dificultăți sexuale și-au început viața sexuală cu o prostituată, pe care fie au ajuns s-o iubească disperat, fie nu o pot compara cu nimeni, fie o asimilează psihic unei mame...

Feluri de prostituție

Dacă vrei o „mamă”, ai de ales între următoarele tipuri:

Call girl, prostituata de lux, este cea solicitată prin telefon. Câștigă mult: cel puțin 100 de dolari la un client, dacă nu i se cer servicii în plus, cum ar fi sexul anal. Dar și cheltuiește mult datorită garderobei, restaurantelor în care se expune, transportului de lux etc.

Prostituata de bordel lucrează într-un stabiliment în care clientul poate primi și alte servicii: băuturi, filme, piscină, sporturi și, desigur, masaj... El are avantajul de a-și alege personal fata dorită, dar are și un mai mare risc de a se alege cu o maltratare din partea „peștelui”.

Prostituatele de hotel, bar și escortă par a fi un fel de para-ziți ai serviciilor respective, dar în realitate sunt elementul de atracție al unor activități în aparență respectabile.

Prostituata de trotuar este cea mai de jos categorie, cu tarife de nici 10 dolari pentru un „scurt”, adică o partidă de sex oral efectuat în toalete sau alte locuri ferite. Deși are veniturile cele mai mici, ea este cel mai adesea reținută de poliție, cea mai maltrată de către clienți și „pești”.

O variantă a acestei categorii este *prostituata de șosea*, care face sex prin cabinele autovehiculelor; în România, ea provine de obicei din zona rurală și are cunoștințe foarte reduse cu privire la riscurile meseriei.

Prostituata de export este acea fată care nu rezistă tentației de a-și rezolva toate problemele materiale prin câțiva ani de muncă „afară”, mai ales că acolo e ferită de ochii comunității din care provine. Multe dintre aceste fete pleacă din țară semnând contracte ca dansatoare, lucrătoare în bar, pe vapoare, la hoteluri sau diverse firme. Ele trebuie să treacă prin examene medicale, să plătească despăgubiri imense dacă renunță la contract și să se împace cu ideea că nu vor câștiga niciodată cât li s-a promis.

Prostituata adolescentă este cea mai îngrijorătoare categorie. Ea curprinde fete de liceu și chiar de școală, care se oferă pentru sume foarte mici, adesea pentru a ieși dintr-un impas financiar sau chiar numai pentru a se răzbuna pe autoritatea părinților. Ceea ce nu știu ele este că sunt foarte căutate de către bărbații consumatori de prostituție, paginile *web* din categoria xxx dedicând o atenție specială imaginilor cu un prim act sexual sau cu picanterii sexuale regizate pe fondul inocenței acestor fete.

„Peștele”, mare sau mic

„Peștele” este bărbatul, binefăcătorul, mentorul, protectorul, exploatatorul prostituatei. El o scoate din impas, îi face rost de clienți, o învață meserie și îi lasă cam 5% din încasări. Noroc că majoritatea prostituatelor fac bacșiș sau pot recurge la activități independente, ceea ce înseamnă că trebuie să lupte singure pentru „vadul” în care lucrează. O specie aparte

de „pește” este „madama”, femeia care exercită unele dintre atribuțiile unui „pește”, mijlocind întâlnirea prostituatei cu clientul, învățând-o să dobândească stil, mediind între ea și colegile ei etc.

Viața unei prostituate

Cum face ea sex? Ce-i place? Ce nu poate face o prostituată? Deși știe să mimeze pasiunea, o prostituată face sex fără să se implice. Sau cel puțin așa crede toată lumea... Majoritatea băieților care au frecventat pentru prima dată o prostituată spun că nu le-a plăcut răceala dintre ei și nici femeia însăși pe parcursul actului sexual comercial. În plus, unora li se pare că prostituatele vorbesc prea mult, folosind vulgarități pe care ei nu sunt obișnuiți să le audă de la o femeie. Prostituatele de clasă înaltă se dau în vânt după consumația de la restaurant, atmosfera de lux, bacșișul oferit de client; în schimb, ele se pricep să instaureze o atitudine sexuală rafinată, preferând sexul clasic. Cele mai nevoiașe ar oferi mai curând o felație, considerând că e periculos să accepte prea multă intimitate cu clientul. Femeia care practică sexul comercial încearcă de obicei să facă disocierea între meserie și viața ei socială. În multe situații, ea se comportă ca o persoană respectabilă, nu vorbește despre meseria ei, iar dacă trebuie s-o denumească într-un fel caută un termen onorabil, de obicei din domeniul artistic.

Între prostituate există ierarhii bine stabilite, în funcție de categoriile menționate mai sus. O prostituată de hotel se consideră insultată dacă e confundată cu una de trotuar. Ierarhia mai este stabilită și în funcție de experiență, tarif și relația cu „peștele”. Și încă ceva: spre deosebire de alți profesioniști, care, pe măsură ce avansează în vârstă, sunt respectați tot mai mult, prostituatele sunt desconsiderate pe măsură ce capătă experiență și îmbătrânesc...

De ce merg bărbații la bordel?

Ca orice relație comercială, prostituția n-ar exista dacă n-ar exista clienți. Din moment ce această afacere înfloarește

pe zi ce trece, înseamnă că bărbații au numeroase motive de a deveni clienți. Iată câteva dintre aceste motive:

- nu pot face performanță sexuală decât cu o femeie care nu-și dorește orgasm. Una dintre aceste performanțe este sexul oral, pe care majoritatea băieților se simt obligați în fața celorlalți băieți să-l aibă la activ;
- nu pot ajunge la o parteneră adevărată, care cere prea multă politețe, prea mulți bani și responsabilitate;
- se descarcă de tensiunile abstenenței atunci când le vine și așa cum le vine;
- se răzbună pe partenera insuficient de activă sexual.

Romanian gigolo

Nu se poate spune că băieții de pe la noi sunt cei mai potriviți pentru cariera de gigolo (corespondentul masculin al prostituatei). Și asta pentru că, în cele mai multe cazuri, băieții noștri sunt predispuși să-și prelungească dependența față de mamă și nu se pricep să-și ia soarta în mâini. Așa cum o prostituată poate pretinde că dansează sau face masaj clientului, un gigolo poate lucra sub acoperirea serviciilor de escortă și protecție. El are de obicei cliente în vârstă, care dispun de bani dar nu pot atrage bărbatul dorit, din cauza alcoolismului sau a altei forme de degradare fizică, psihică sau morală. Pentru a putea trece peste inhibițiile relației cu femeia nedorită, unii gigolo folosesc droguri. Alții preferă ca, înainte de a recurge la sexul cu clienta, să încerce s-o jefuiască sau s-o escrocheze în fel și chip. O categorie interesantă din punct de vedere psiho-social sunt băieții care lucrează ca gigolo pentru homosexuali. Ca și ceilalți gigolo, ei nu au nevoie de „pești”, în schimb sunt racolați, formați și exploatați de anumiți clienți fideli.

Aluziile la sex

S-a întâmplat vreodată să constăți că profesorul de matematică întârzie cu privirea mai mult decât ar trebui pe cor-

pul tău? Sau că vă vorbește într-un anume fel, mai personal decât simți că ar fi cazul? Sau că-și permite glume care te fac să roșești? Ai constatat cumva același lucru și când te-ai prezentat pentru un simplu control de rutină la medic? Sau poate ai constatat același lucru în fața șefului?

Ce-o fi vrând de la mine?

Mi-amintesc cum, îndreptându-mă odată spre postul de radio de unde urma să transmit o nouă „lecție particulară” în eter, am luat liftul împreună cu unul dintre băieții care lucrează acolo. Și pentru că aveam câteva etaje de urcat, eu — un psihiatru incorigibil chiar și când trebuie să tai o găină pentru supă — m-am uitat în ochii lui în timp ce ne adresam unul altuia conveniențele obișnuite ale călătoriei cu liftul. M-am uitat ceva mai mult, se pare, și-atunci privirea lui a alunecat așa, în doi timpi, într-o parte. Mă gândeam: „Bietul băiat, o fi crezând că urmăresc ceva la el...” Când o persoană este privită insistent, ea poate avea un singur gând: că urmărești ceva la ea, mai precis că-i faci vreo aluzie sexuală.

Pălăria sexuală

O persoană investită cu putere sau influență are pe deasupra și o „pălărie sexuală”. Mai exact: toate elevele, toți pacienții și toate sportivele din lume riscă la un moment dat să se îndrăgostească în tăcere de profesorul, medicul, antrenorul lor.

Cum e posibil așa ceva? Vorbind despre viața sexuală în copilărie, spuneam că ea se desfășoară mai întâi ca o cunoaștere de sine, prin autoerotism, și abia după aceasta se trece la un partener apt de a fi cunoscut, cum ar fi o rudă ori un înlocuitor al părinților, investite cu o bună imagine, încredere și putere. Pe lângă egocentrism și animism, gândirea copilului este marcată și de sincretism, adică de tendința de a judeca pornind de la concluziile altora. Aceasta face din copil o persoană naivă în aparență, iar din partenerul sexual foarte tânăr un partener în aparență naiv.

Două feluri de a asculta inima...

Deunăzi vorbeam cu o domnișoară de șaptesprezece ani despre o pățanie de-a ei cu un doctor. Doctorul, văzând că are o sumedenie de probleme neclare și nu tocmai severe, s-a decis la un moment dat să-i asculte inima cu stetoscopul. Ea s-a conformat (cu o oarecare emoție, pentru că era vorba de un doctor relativ tânăr, nu tocmai neplăcut și nici dizgrațios). A acceptat să i se asculte inima, pentru că așa trebuie să facă un pacient; în România, doctorii sunt investiți și cu putere, nu numai cu încredere. Prima dată, totul a decurs normal. A doua oară însă, doctorul a vrut din nou să-i asculte inima. Și-atunci, ea s-a întrebat dacă nu cumva este un motiv sexual la mijloc. Până la urmă, făcând o pasiune pentru acest domn, i-a povestit întâmplarea prietenei ei, prietena i-a povestit mamei ei, iar mama prietenei i-a spus: „Să nu te mai prind că te duci la acest doctor! Este un afemeiat, așa că fii foarte atentă, că în curând o să ți-o facă.”

Discuția noastră s-a prelungit ceva mai mult, încercând să vedem dacă ea a sesizat momentul-limită când stetoscopul a devenit altceva decât un instrument medical, iar mâna doctorului, o mână care dorea să pipăie și nicidecum să examineze clinic. Așa că i-am pus câteva întrebări esențiale: „Spune-mi, doctorul a lăsat stetoscopul și te-a atins cu toată palma?” „Ăă... nu, a spus ea.” „Dar s-a întâmplat să te mângâie?” „Nu, a spus ea, deși poate c-ar fi fost ceva destul de interesant.” „Ei, în cazul acesta, i-am spus acestei domnișoare, nu putem vorbi încă despre o aluzie la sex.” Deși poate că-n mintea doctorului exista sexul. Dar mai este ceva important de discutat: faptul că și în mintea fetei exista sexul...

Dar cum arată o aluzie sexuală?

Dacă cineva care își exercită profesiunea împreună cu tine îți face complimente nemeritate, dacă te privește insistent ca și cum ar vrea să te hipnotizeze, dacă te studiază ca și cum nu mintea, ci corpul tău ar fi mai important, dacă-ți pune întrebări personale, nepotrivite în contextul profesional în care v-ați întâlnit, dacă îți face confidențe prea devreme,

dacă atunci când te ascultă privirea îi coboară cât de puțin sub nivelul ochilor tăi, se poate spune că acel om dorește prezența ta fizică.

Dacă acel om este profesor deocamdată, dar reușește să pătrundă în spațiul tău intim și tu ai acceptat pe moment sau ai întârziat să spui NU, profesorul de matematică se transformă în bărbat. Iar un bărbat știe că dacă o fată se împotrivește, o poate face din mofturi și-atunci merită insistat; el știe că și fata vrea, că și șovăiala face parte din stilul ei; știe că un bărbat trebuie să fie hotărât și să continue cu orice preț; știe că are putere și poate șantaja dacă fata nu vrea deocamdată... Nu ezita, deci, să spui NU și să arăți clar că preferi ca el să-și joace, ca înainte, rolul de profesor, medic, antrenor sau șef. Și încă ceva: ar fi bine să-i spui toate acestea între patru ochi și nu de față cu altcineva; nu de alta, dar un partener refuzat în public se transformă destul de ușor în inamic, pentru că refuzul i se pare ireversibil.

Iar cu șeful e și mai greu...

Să zicem că începe vacanța de vară și te angajezi sezonier la o firmă. Ce faci dacă dai peste un șef cu un comportament ambiguu, despre care nu știi prea bine dacă îți face într-adevăr avansuri? Unii bărbați cred că pot controla toate femeile din lume și ar putea-o alege pe oricare dintre ele, chiar dacă nu sunt foarte frumoși. Ei sunt joviali, știu o sumedenie de bancuri, știu întotdeauna ce trebuie făcut într-o situație jenantă și se simt siguri pe ei. Cam așa poate să fie șeful tău... Bineînțeles că poți face câteva lucruri, nu neapărat ca să afli dacă te vrea sau nu, deși știi că, în subconștientul tău, există nevoia de a primi un răspuns și la întrebarea asta; toate femeile vor să fie dorite dintre alte femei. Dar poate că vei dori să previi orice fel de eveniment care ar putea să-ți afecteze serviciul, viața socială ș.a.m.d.

Ce metode țin?

În Occident se folosesc foarte mult obiectele personale la serviciu; s-a ajuns chiar la emiterea unor reglementări despre

aducerea cățelului la serviciu. Dar tu nu trebuie să-ți aduci neapărat cățelul, ci — ghici ce? Fotografia prietenului! Mai mult decât atât, prietenul tău trebuie să apară concret în viața șefului, iar pentru a fi concret, el trebuie atins. Prietenul tău trebuie deci să dea mâna cu șeful tău și chiar să se lase pupat amical de el, mai știi?! E ceva destul de simplu de făcut, dar nu abuza, pentru că prietenul tău n-are ce să caute toată ziua bună-ziua la tine la serviciu ca să discute cu șeful tău despre pompe de benzină pentru mașină. Trebuie doar ca el să existe concret în viața șefului.

Mai poți, de asemenea, să te porți pozitiv atunci când șeful tău are o atitudine pozitivă față de tine, dar când apare vreunul din simptomele pe care tocmai le-am înșirat, ai grijă să fie un „Nu!” undeva la mijloc. Bărbații (mai ales cei cu experiență sexuală) știu să lucreze foarte bine sub acoperire profesională; spuneam că ei joacă roluri, cum ar fi cel al șefului, dar nu uita: uneori rolul se schimbă într-o secundă! Dacă sunt îndeplinite condițiile pentru trecerea la rolul de bărbat, ea poate avea loc foarte repede. În plus, ai putea să-ți lauzi șeful de față cu alții spunând: „Șeful meu se poartă ireproșabil cu femeile.” În fine, nu trebuie să folosești chiar cuvintele acestea, dar el ar putea să afle astfel că a fost lăudat pentru că se poartă respectuos cu tine...

Uneori i se întâmplă și profesoarei...

Dacă ea a trecut de o anumită vârstă, și profesorii care ar fi trebuit să-i fie parteneri încă nu se uită la ea și nu s-a căsătorit nici unul cu ea, dacă este o femeie care are de-a face cu mulți băieți într-o clasă, dacă iubește puritatea și mai are încă puțin infantilism afectiv, doamna profesoară poate într-adevăr să înceapă într-o zi să-l iubească la nebunie pe unul dintre elevii ei. Veți spune: „Dacă el nu vrea, degeaba îl iubește ea, că n-o să se întâmple nimic.” Nicidecum, dragi prieteni! Bărbatul are rolul de a primi avansurile femeii și de a le folosi ca atare. Dacă profesoara vine și se dezbracă în fața voastră, dragi băieți, este de datoria voastră să faceți ceva lăudabil în fața colegilor, nu-i așa? Și uneori

asta înseamnă acces la o sferă mai înaltă decât ați fi bănuțit vreodată.

Ține însă de doamna profesoară să știe că ea face uz de o imagine pe care poate a transformat-o în idol. Câți elevi n-au măsurat cu privirea părțile cele mai apetisante ale profesoarei lor? Dar visul e vis. O dată concretizat de către doamna profesoară, el devine o realitate reglementată de legislație. Nu doar un bărbat poate fi pedepsit de Codul Penal pentru că abuzează de funcția sa asupra unui minor, ci și o doamnă. Bineînțeles că un bărbat nu se plânge nicio dată și deci nici un băiat n-ar face o plângere. Dar ar intra într-o confuzie teribilă. Cunoscc câțiva astfel de băieți care au dus o viață sexuală intensă și oarecum aberantă cu profesoare mult mai în vârstă decât ei. Dezvoltarea acelor băieți a rămas în stadiul în care femeia domină, ceea ce este greșit într-un fel, din punctul de vedere al rolurilor sexuale.

Dar inima continuă să bată...

Într-un film american foarte cunoscut se vorbește despre SIDA, droguri și, de multe ori, despre aluzia sexuală din partea profesorului. În mod invariabil, avocații îi întrebă pe tineri:

„Te-a atins?” „Da!” „Și tu i-ai spus nu? Spune, ai zis nu?” „Da, am zis nu.” „Atunci mergem cu procesul înainte și vom câștiga!”

Ei, dar lucrurile nu sunt atât de simple ca la televizor! Avocații care pledează în acel caz nu pot auzi bătăile inimii unei eleve, mult mai rapide atunci când ea se întâlnește cu profesorul cel tânăr...

Cînd sexul e o formă de abuz

Copilul este o persoană dependentă de îngrijitorul său, fiind vulnerabil față de mediul în care trăiește. Părinții, căci ei sunt cel mai adesea îngrijitorii legali, consideră încă dinaintea nașterii copilului că au anumite „drepturi” asupra lui. În realitate, acestea sunt drepturi exercitate în fața statului

sau a altor persoane, care decurg din statutul lor de îngrijitori legali (de exemplu, dreptul de a reprezenta interesele copilului încasând o indemnizație în locul lui, vorbind în numele lui etc.). Mulți părinți își înțeleg greșit drepturile, crezând că ele se reduc la cel de a poseda copilul, de a-l pedepsi, de a fi respectați de acesta... Din momentul în care un părinte capătă această convingere, el devine intolerant, căci limitele comportamentului său sunt tot mai înguste și nu se mai adaptează situațiilor de conviețuire cu copiii.

După cum vei vedea, abuz sexual nu înseamnă neapărat prea mult sex, ci obținerea unor satisfacții sexuale pe seama unei persoane lipsite de discernământ sau de dorința de a avea relații de natură sexuală cu abuzatorul. Pentru a înțelege mai bine conceptul de abuz, dar și pentru a arăta că diversele forme de abuz interacționează între ele, le voi defini pe toate în cele ce urmează.

Abuzul fizic

Cu sau fără voia lui, părintele joacă rolul administratorului, al șefului, al celui mai deștept, chiar al dictatorului. Poziția de putere în care se plasează părintele îi favorizează acestuia comportamentul agresiv, mai ales când copilul îi încalcă limitele. De aceea, atunci când copilul primește o bătaie de la tată, aceasta nu se întâmplă pentru că a greșit într-adevăr cu ceva, ci pentru că a încălcat limitele acestui om. După cum vezi, bătaia este cea mai răspândită formă de abuz fizic. Ea apare deoarece:

- unii oamenii sunt convinși că educația se bazează pe pedeapsă;
- părinții consideră că sunt singurii care au dreptul să-și bată copiii;
- părinții nu știu ce să facă atunci când le sunt încălcate limitele;
- părinții (mai ales tații) au nevoie de confirmarea puterii.

O altă formă de abuz fizic este exploatarea copilului prin muncă. Dar să nu sărim calul: nu trebuie să înțelegi de aici că dacă mama îți cere să speli vasele ești exploatat! Aici e vorba în primul rând de munca prestată de copii pentru

profitul material al părinților. Abuzul sexual conviețuiește adesea cu abuzul fizic. De un copil ajuns la dispoziția unor astfel de părinți se va abuza în diverse feluri, iar acest lucru se va repeta de multe ori, chiar cu persoane diferite.

Abuzul emoțional

Dacă abuzul fizic este „apanajul” taților, în schimb abuzul emoțional este „specialitatea” mamelor și a bunicilor. Un exemplu foarte traumatizant, și în același timp destul de răspândit, este șantajarea cu părăsirea. Pentru a-și atenționa sau pedepsi copilul, părinții îi spun cam așa ceva: „Dacă nu faci cum îți spun eu, plec și te las.” În cadrul abuzului sexual, abuzatorul face uz de afectivitatea copilului pentru a-i câștiga încrederea; el îi spune: „Dacă mă iubești, atunci demonstrează-mi” sau: „Facem ce-mi place mie, altfel o să plec!” Sau: „Dacă spui cuiva ce am făcut noi, plec și nu mă mai vezi niciodată, iar tu vei fi pedepsit foarte aspru.”

Abuzul verbal

După ce a fost învățat că e urât să înjuri, copilul poate ajunge în situația de a fi înjurat chiar de cei care au pretenția că îl educă. Adesea, el trăiește o confuzie traumatizantă, căci una aude de la părinți și alta aude la școală sau la televizor. Folosite repetat, în conexiune cu alte forme de abuz, cuvintele sunt capabile să declanșeze reacții emoționale copleșitoare pentru copii, chiar dacă nu sunt vulgare. Îmi amintesc de o fetiță de nici cinci ani, care a devenit dintr-o dată palidă și a început să tremure când i s-a cerut să adauge și pantalonii omului pe care-l desenase. Observându-i reacția, mama a întrebat-o: „Ce ai, dragă? N-ai mai auzit cuvântul «pantalonii?»”, iar fetița s-a arătat de-a dreptul îngrozită. Mai târziu am aflat că tatăl ei abuza sexual de ea de doi ani de zile...

Abuzul cognitiv

Deși literatura de specialitate privitoare la diversele forme de abuz nu folosește acest termen, îl voi introduce aici cu

riscul de a-mi atrage câteva critici din partea colegilor de breaslă. Abuzul cognitiv se desfășoară pe fondul nevoii copilului de a cunoaște. La adult, această formă de abuz se numește manipulare și este intens criticată, în timp ce la copil — nu se știe de ce — este considerată legitimă. Iată câteva forme de manifestare a abuzului cognitiv:

1. *Embargo-ul pe informație.* Ignorând faptul că în felul acesta sustrag fragmente importante din jocul de *puzzle* al vieții, părinții nu te lasă să afli unele lucruri despre tine și ceilalți. De exemplu, ți se permite să cunoști consecințele nefavorabile ale sexului, dar nu și aspectele lui plăcute.

2. *Duplicitatea de atitudine.* Cât timp erai copil, puteai auzi în aceeași zi fraze care se contraziceau reciproc, precum: „Ești prea mic pentru asta!” și „Ai grijă, doar ești mare de-acum!” Un astfel de comportament duce adesea la instalarea unui dublu standard în atitudinea celui tânăr. Tot duplicitar, părinții le permit băieților lucruri pe care nu le permit și fetelor. De exemplu, în timp ce fratelui i se permite să afle cum se conduce mașina, fetei i se refuză acest lucru. În același timp, băiatului nu i se permite să afle prea multe despre graviditate.

3. *Informația eronată.* În dorința de a-și proteja copiii de „lumea rea” din jur, părinții modifică uneori informația care ajunge la ei. Așa se face că, după ce vreme îndelungată au avut dificultăți de cuplu legate de sex, părinții își justifică divorțul în fața copiilor prin argumente false, precum epuizarea resurselor emoționale și financiare sau conjunctura profesională.

4. *Confiscarea trăirilor.* Această formă de abuz cognitiv este deosebit de gravă. Pornind de la tendințele tatălui de a stăpâni toate instrumentele casei și ajungând până la tendințele mamei de a lua asupra ei toate atribuțiile legate de îngrijire, copiii și mai ales adolescenții ajung să se simtă privați de încredere, răspundere și succes, trăiri deosebit de importante pentru maturizarea lor.

Cum poți diminua efectele negative ale abuzului cognitiv asupra ta? Prin participare. Nu e nevoie să întrebi insistent, trebuie doar să participi, cu un rol cât mai bine stabilit, la

ceea ce părinții cred că pot face numai ei. Asta nu înseamnă că trebuie să te bagi neapărat în partidele lor de sex, dar ai putea, bunăoară, să iei parte la chefurile organizate cu prietenii lor; nici nu bănuiești câte poți afla de acolo...

O altă mișcare inteligentă este găsirea surselor de informație alternative. Când ai de luat o decizie importantă, nu e suficient să asculți opinia unei singure persoane avizate, ci să cauți o a doua părere. Ceea ce înseamnă că nu ar trebui să ți se pară suficientă părerea părinților.

Neglijarea

Unele dintre cele mai abominabile crime ale omenirii au fost făcute prin omisiune. Pur și simplu, un om vulnerabil a fost lăsat în voia soartei, deși cineva din jurul lui ar fi putut să-l salveze. Fie că e vorba de un copil nou-născut părăsit la gunoi, fie că un medic se face că nu vede un pacient aflat în stare gravă, tot cu o crimă prin omisiune avem de-a face. De cele mai multe ori, deși nu duce la moartea victimei, omisiunea este prezentă, având efecte serioase asupra dezvoltării sau sănătății celui care ar trebui să primească ajutor. În acest caz, omisiunea de care vorbeam mai sus se numește neglijare. Neglijarea este atitudinea unui părinte care-și dă copilul afară din casă pentru a-l pedepsi și tot neglijarea caracterizează și situația în care mama îi spune fiicei: „Dacă rămâi gravidă, la mine să nu vii!”

Portretul unui abuzator sexual

Omul care te-ar putea privi ca pe un posibil obiect al unui abuz sexual are — în linii mari — următoarele caracteristici:

Ademeneste, insistă, apoi amenință. În literatura anglo-saxonă de specialitate, ademenirea pe care o pune în practică pedofilul se numește *grooming*, cuvânt desemnând un fel de a face curte. El devine prieten al copilului vizat și al celor din jurul lui, își construiește relația și organizează evenimentele astfel încât să rămână singur cu victima sa, lucru pentru care face chiar și unele sacrificii. Insistențele sale sunt

THAT STRANGER
WASHED ME,
FED ME
AND
FUCKED ME!

AI VĂZUT
CE TREABĂ
BUNĂ A FĂCUT
PEDOFILUL
UNIVERSITAR
ENGLEZ...



de cele mai multe ori dulci-amare, fiind un amestec de oferte și șantaj. După ce s-au consumat actele sexuale, abuzatorul se asigură că victima nu va deconspira ce s-a întâmplat, folosindu-se de puterea pe care o exercită asupra ei. De exemplu, o strânge puternic de braț, o privește fix în ochi și-i spune că, dacă suflă un cuvânt, ea sau cineva drag din anturaj (care poate fi chiar abuzatorul...) va avea de suferit.

Abuzatorul nu are întotdeauna o figură de obsedat sexual. De cele mai multe ori este plin de solitudine, agreeabil și poate avea o educație elevată; în schimb, în momentul în care agresiunea sexuală devine iminentă, își schimbă comportamentul, devenind imperativ. Dacă i se ivește ocazia, va repeta abuzul asupra aceleiași victime; ba mai mult, o dată ajunsă victimă a unui abuzator sexual, persoana respectivă este predispusă să fie victimă a mai multora.

Înainte de a recurge la abuz, abuzatorul va avea de surmontat mai multe obstacole: opoziția principiilor societății, a propriilor temeri, a victimei. Pentru a trece de opoziția societății, el câștigă încrederea celor aflați în jurul victimei, asigurându-și un statut care să-i permită accesul la intimitatea celui abuzat. Pentru a trece peste propriile rețineri, face apel la o serie de argumente convenabile și la ritualuri care să-i procure justificări (de exemplu, îi atribuie victimei caracteristici de partener adult, joacă pentru o vreme rolul de victimă etc.).

Cum arată victima unui abuz sexual?

N-ar fi bine să conturez aici un portret robot al victimei abuzului sexual; voi menționa doar că există anumite categorii de copii și adolescenți expuse riscului unui abuz sexual. Iată ce le apropie unii de alții pe cei care fac parte din aceste categorii:

- nu știu mare lucru despre sex și despre propriul corp;
- sunt dependente de afectivitatea oferită de cei care-i îngrijesc;
- puse în situații limită, reacționează mai degrabă printr-o stare de inhibiție, decât prin acțiunea în propriul interes;

- nu sunt investite cu încredere, ceea ce le face să fie mai puțin credibile în cazul destăinuirii abuzului.

Ce-i de făcut în preajma unui abuz sexual?

Dacă regăsești mai multe dintre aceste caracteristici în propria personalitate, înseamnă că trebuie să iei unele măsuri, căci nu se știe când se ivește posibilitatea nefastă a unui abuz sexual. De aceea:

- trebuie să știi că trupul tău este numai al tău. Învață să-l stăpânești și să-l aperi;
- trebuie să-i vorbești unei persoane de încredere despre acei oameni din jurul tău care-ți stârnesc suspiciuni;
- în situația nefericită a unui abuz sexual care s-a petrecut deja, abuzatorul trebuie denunțat la poliție, pentru că este predispus să repete actul respectiv cu tine sau cu altcineva (nu uita, plăcerea sexuală este ceva ce se cere repetat). Dacă nu știi sau nu vrei să faci un denunț, poți apela la cineva care se pricepe la așa ceva: un lucrător social, un medic, un părinte, un profesor. După cum vezi, nu am pus părintele pe primul loc, pentru că uneori el se îndreaptă împotriva ta, considerându-te principalul vinovat pentru ce s-a întâmplat.

Abia acum îmi dau seama...

La începutul activității mele în cadrul Centrului de Consiliere pentru Copil și Familie al Organizației Salvați Copiii, eram permanent în așteptarea unor cazuri de copii de care s-a abuzat sexual. Dar, în loc de copii, centrul era inundat zilnic de domnișoare aflate la vârste între 17 și 29 ani, care căutau lămuriri asupra unor întâmplări de natură sexuală petrecute în copilărie. De ce oare veneau aceste fete atât de târziu la medic? Răspunsul este relativ simplu: la vârsta de cinci ani, atingerea sexului unui bărbat este o experiență fără nici o conotație erotică; în schimb, o dată cu intrarea în vârstă la care sexul capătă însemnătate, incidentul din copilărie este conștientizat ca o catastrofă sexuală.

Avortul la bărbați

„Avortul la bărbați” nu este doar o sintagmă (așa cum poate vă sugerează titlul), care deschide discuția despre reacțiile bărbaților sau băieților în situația în care fata, prietena, iubita, femeia de lângă ei e nevoită să facă un avort. Vom vorbi despre cum pot ei prevedea că se va întâmpla așa ceva și ce urme lasă avortul în sufletul sensibil al bărbatului. Un băiat care știe că prietena lui trebuie să facă un avort își spune în sinea lui: „Ea știe mai bine ce trebuie să facă; este o treabă femeiască.”

Vedeți fetelor, băieții consideră că voi trebuie să știți mai bine ce aveți de făcut! Oare știți voi mai bine ce să faceți când se pune problema renunțării la o sarcină nedorită? Nu cumva voi de multe ori sunteți foarte puțin informate în privința avortului? Nu cumva sunteți mai puțin informate decât băieții? Sau mai greșit informate?

Trebuie urgent să știți cât mai multe despre avort!

Cuvântul avort vine de la *aboriri*, care în latină înseamnă „a face să dispară”. Da, asta își doresc oamenii de circa 5 000 de ani, de când tot încearcă să avorteze: să facă să dispară un produs conceput înainte de a se naște, pentru că de fapt nu-și doresc acel copil. Unii consideră că avortul este o metodă care previne sarcina. TOTAL GREȘIT! Avortul este o metodă contraceptivă retroactivă, adică o intervenție realizată după ce s-a produs fecundarea și sarcina s-a fixat de peretele uterului.

De frică sau de nevoie

Cei care trebuie să decidă asupra oportunității avortului sunt partenerii care au făcut dragoste. Dacă au făcut dragoste pentru a procrea, avortul e necesar doar dacă viața mamei sau a viitorului copil sunt în pericol. Dacă au făcut dragoste pentru a-și împlini iubirea, avortul poate fi necesar cam în aceleași condiții. Dacă au făcut dragoste pentru plăcere, atunci ea va face un avort de teamă că viețile lor

vor fi legate fără să-și dorească acest lucru. Cele mai folosite pretexte sunt: „E prea devreme“, „Am alte priorități“, „Ce-ar spune mama?“, „N-am cum să-l cresc. Ar fi un copil nedorit“, „Mi-e groază de sarcină.“

Dacă tot îl faci...

Cel mai bine (cel mai puțin rău) e să faci avort în primele două luni de sarcină. Îl poți face în diverse feluri, fie administrându-ți unele preparate pe bază de hormoni (mai ales prostraglandine), fie prin metode chimice sau mecanice. Dintre metodele mecanice, cea mai modernă în România este cea prin vacuum, extrăgându-se pur și simplu conținutul uterului, care este aspirat cam cum aspiră o gospodină gunoiul din casă.... În Occident există chiar și mici dispozitive pentru avort la domiciliu, numite dispozitive pentru protejarea lunii de miere. De ce? Pentru că multe femei din Occident nu doresc să rămână însărcinate chiar în luna de miere, dar vor să facă sex nelimitat. Și atunci, ele folosesc un fel de seringă mai mare, cu un tub flexibil care se introduce până în uter, de unde se trage până apare sângele. Și apare tot sângele care putea exista în uter. Important este ca femeia să se uite bine în sânge și să caute embrionul; dacă nu-l găsește înseamnă că nu a făcut tot ce trebuia.

Vedeți cât de crudă este chiar și această metodă simplă la domiciliu? Atenție! Un astfel de dispozitiv riscă să injecteze aer în circulația sangvină foarte bogată a uterului, acest aer putând să ajungă la vasele creierului sau chiar în circulația din jurul inimii, producând infarct prin embolie, așa că e mai bine la doctor decât acasă.

Ceva ce nici doctorului nu-i place (nu citi decât dacă ești băiat!)

Dacă sarcina a trecut de trei luni, se aplică metode din ce în ce mai „criminale“. De exemplu, este necesară dilatarea colului uterin pentru a se putea introduce instrumentele înăuntru. Dilatarea se face cu ajutorul unor cilindri din ce

în ce mai mari, scoțându-se cel mai îngust și introducându-se unul mai larg, până se produce în col o gaură suficient de mare pentru ca medicul să poată lucra prin ea.

O altă metodă interesantă folosește pentru dilatarea colului o algă uscată. Un baton din această algă se introduce în colul uterin și, din cauza umezelii locale, alga se tot umflă lărgind colul, astfel încât să se poată lucra prin această deschizătură. Pe acolo se introduce chiureta (un fel de linguriță ascuțită pe margini, de la numele căreia vine denumirea chiuretajului). Cu ea se răzuie întregul perete intern al uterului, lucru foarte dureros dacă este făcut fără anestezie. Dacă fătul e mare, el trebuie fragmentat cu foarfeca; dacă e și mare și capul nu poate ieși prin dilatația făcută, el trebuie găurit, pentru a se extrage creierul și a putea fi turtit ca o minge de ping-pong. Ei, vă vine să vedeți astfel de lucruri? Nu uitați că medicii din întreaga lume văd și chiar trebuie să aplice astfel de metode, pentru a vă feri pe voi, dragi băieți, de complicații sociale sau „morale”, cum le ziceți voi.

De asemenea, se mai poate injecta în inima fătului clorură de potasiu, astfel încât acesta să moară. Clorura de potasiu se folosește și pentru condamnații la moarte ai multor țări în care încă mai este în vigoare pedeapsa capitală. Ea mai este folosită și pentru femeile care nu doresc să aibă prea mulți gemeni. Dacă sunt vreo cinci gemeni și doar unii sunt viabili, cei neviabili sunt omorâți prin această metodă.

Cam criminali acești doctori, nu-i așa? Dar întotdeauna totul se face la dorința pacientului. Spun „a pacientului” și nu „a pacientei” pentru că nu am văzut și nu am auzit de nici o femeie care să-și dorească un avort. Dacă le întrebi, toate ar vrea să se întoarcă la momentul erotic trecut și să folosească o metodă contraceptivă preventivă. Iar dacă nu v-ați preocupat de contracepție și a apărut o sarcină, nu uita că ea are nevoie de tine pentru:

- a discuta despre teama ei că ar putea fi gravidă;
- a afla unde trebuie să meargă pentru întreruperea sarcinii;
- a avea un intermediar în relația cu doctorul;
- a o ajuta să ajungă acasă după avort;
- a se confrunta mai ușor cu sentimentul de vinovăție;
- a i se vorbi despre viitor.

Moartea pasiunii

Dacă omul este o specie monogamă (făcută să aibă un singur partener pe tot parcursul vieții), atunci cum se explică numeroasele situații care pot duce la despărțirea celor ce și-au jurat iubire veșnică? Chiar și femeia, care pare a-și dori cu ardoare să rămână cu un singur bărbat pentru a-și crește copiii în siguranță, este adesea tentată de relația cu un altul, care se apropie mai mult de bărbatul perfect. Ce face ca pasiunea inițială, care i-a unit pe cei doi, să se stingă atât de ușor?

Asimilarea partenerului

Să fii cunoscut de omul care te iubește este, la prima vedere, o adevărată binecuvântare. Să știe ce-ți dorești, ce nu poți accepta nici în ruptul capului, să-ți înțeleagă toate gândurile dintr-o privire... Dar dacă nu ai în tine spiritul creației, poți sfârși destul de ușor prin a fi cunoscut pe deplin, atât în privința celor ce-au fost, cât și într-a celor ce vor fi. Comportamentul tău devine un algoritm ușor de dedus și până la urmă vei fi asimilat în conștiința partenerului, care se va obișnui cu tine așa cum s-a obișnuit cu mâncatul unui măr. În limbajul de fiecare zi, aceasta se numește rutină. O dată ce ai intrat în rutină, partenerul tău va ști ce vei face mâine la ora cinci, cum vei reacționa dacă-ți va aduce flori, ce gânduri se învârt prin capul tău seara, la culcare... Ferește-te de așa ceva dacă vrei ca iubirea lui să fie veșnică!

Ne-am certat definitiv

Puține cupluri se destramă de bunăvoie. Și asta pentru că oamenii tineri nu prea sunt în stare să-și recunoască eșecul. Iar la aceasta se adaugă atașamentul care se va fi dezvoltat între cei doi de-a lungul lunilor de conviețuire. Pentru unii, atracția sexuală rămâne intensă, dar nu se mai înțelege deloc pe subiecte „civile”. Pentru alții, sexul pare a fi motivul de despărțire. De fapt, există două tipuri de conflicte între doi îndrăgostiți:

- conflictul iscat în vederea împăcării. Este acel tip de ceartă folosită de cei doi pentru a-și testa reciproc limitele și care duce până la urmă la o împăcare înflăcărată, menită să consolideze cuplul și mai mult;

- conflictul din orgoliu. În spatele acestui conflict se află instinctul de apărare a integrității personalității tale. Principiile învățate de la părinți, dar și încăpățânarea ta naturală, fac ca o simplă ceartă să meargă până-n pânzele albe, astfel încât despărțirea devine singura ieșire.

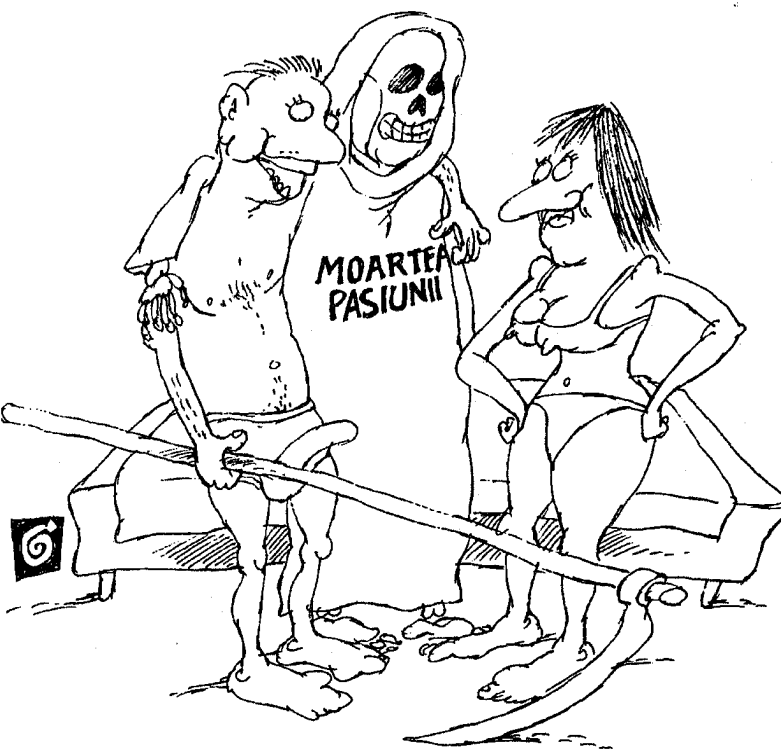
Mi-a spus că nu mă iubește

Să-i spui în față cuiva că nu-l iubești este la fel de devastator și de inutil ca și a-i spune că-l iubești. Unii băieți îi spun încă de la început fetei că nu simt nimic pentru ea, iar relația lor este doar sexuală, și ea tot se îndrăgostește. Alții consideră că a spune „Te iubesc!” este un prag major al vieții, echivalent cu logodna sau renunțarea la propriile interese.

Sfaturile binevoitorilor

Un bun psiholog poate detecta cu ușurință caracterul influențabil al unei persoane. De exemplu, dacă psihologul se scarpină brusc la ureche, acea persoană se va scărpinga la rândul ei, de aceeași parte, ca în oglindă. Într-un cuplu, se poate întâmpla ca unul dintre parteneri să fie deosebit de influențabil; când se duce pe acasă capătă anumite convingeri, iar după ce petrece ceva timp cu prietena lui capătă cu totul alte convingeri. El e considerat un om bun, dar e enervant prin inconsistența comportamentului său. Iată câteva persoane care pot produce influențe serioase în deciziile de cuplu ale unui om tânăr:

Mama. Nimeni nu se compară cu mama. Ea este femeia unică, a cărei sexualitate este atât de bine ascunsă, încât tot ce face pentru copilul ei îndrăgostit pare a fi mai important și mai dezinteresat decât biata lui dragoste. Pentru a diminua influența mamei asupra partenerului tău, trebuie să știi să continui pe teren propriu dragostea maternă, pe care el s-a obișnuit s-o primească de atâția ani.



Fratele sau sora. Merită să știi că, în multe familii, frații formează un fel de cuplu care intră într-o criză atunci când unul dintre ei iubește pe cineva din afara familiei. Această criză transpare clar când fratele ajunge să facă o inexplicabilă scenă de gelozie, susținând că el este singura persoană care-l înțelege pe cel îndrăgostit.

Cel mai bun prieten. Atât băieții, cât și fetele se află într-o competiție surdă cu propriii prieteni. Așa că iată și sfatul meu ca remediu împotriva influenței din partea prietenilor: *chiar dacă este vorba de cel mai bun prieten de-al tău, confidențele despre partenerul tău trebuie să fie limitate!*

— Ne despărțim, dar rămânem prieteni! —

De când e lumea, îndrăgostiții sunt convinși că iubirea lor va fi veșnică. Ea îi spune lui: „Chiar dacă vei fi cu alta, eu voi fi amanta ta.” Iar el îi spune ei: „Te voi găsi, oriunde vei fi, și te voi lua cu mine!” Dar lucrurile se schimbă jalnic, pe măsură ce personalitatea unuia este asimilată de personalitatea celui care urmează să-l părăsească. Cel care rămâne în urmă este consolată de prieteni cu fraza: „Nu mai suferi atâta, că e lumea plină de băieți (sau fete).” Cei doi parcurg stadiile tipice ale pierderii, dar vor fi ei în stare să se despartă cu demnitate?

Știi să pierzi?

Unii băieți nu sunt capabili să accepte ideea de a fi cei părăsiți. După cum afirmă cercetătorii domeniului psihosocial, reacțiile în fața despărțirii de persoana iubită sunt mult mai vehemente la bărbați decât la femei. Capacitatea primilor de a se confrunta cu pierderea se formează încă din copilărie, în vremea când li se puteau oferi alternative și compensații pentru o dorință care nu li se împlinea. Pe parcursul dezvoltării, se conturează stadiile tipice ale reacției pe care oricare dintre noi o putem avea atunci când sufe-

rim pierderea cuiva drag sau a ceva important. Iată care sunt aceste stadii:

- stadiul de negare, în care cel afectat nu poate să creadă că a pierdut. Ea spune: „Nu cred, nu se poate...”

- stadiul de mânie, când este exprimat vehement dezacordul față de pierdere. Persoana care pierde spune adesea: „De ce tocmai mie trebuia să mi se întâmple asta?”

- stadiul de târguială, caracterizat de tendința la compromis; se pot auzi fraze precum: „Dacă nu făceam acea gafă, n-aș fi pierdut” sau: „Aș sta toată viața în genunchi, numai să se întoarcă!”

- stadiul de disperare, caracterizat de renunțare la luptă, deprimare, autoacuzare. În acest stadiu pot surveni acțiuni necugetate, disproporționate față de gravitatea despărțirii, cum ar fi suicidul;

- stadiul de împăcare, survenit atunci când, găsind alternative sau compensații pentru pierderea suferită, persoana în cauză poate vorbi deschis și fără resentimente despre ceea ce i s-a întâmplat.

Dacă îi ești prieten adevărat unei astfel de persoane, o poți ajuta să parcurgă aceste stadii căci uneori se întâmplă ca ea să rămână în vreunul din ele un timp mult prea îndelungat.

Despărțirea schimbă oamenii

Dacă vrei să trăiești o experiență inedită și să înveți multe lucruri în timp scurt, du-te la tribunal! Vei înțelege acolo ce-i poate trece prin cap unui om care urăște din toată inima, dar mai ales ce se alege dintr-un cuplu aparent perfect, dar care a întemeiat o familie și apoi s-a destrămat. Deși majoritatea celor care divorțează și-au promis că se vor despărți în bună înțelegere, pe parcursul a numai câtorva luni de tribunal ajung să se lupte pe viață și pe moarte pentru vreo pernă sau vreo furculiță. Această ură ia locul iubirii printr-un mecanism foarte simplu: între cei doi nu fusese vorba despre o iubire adevărată, ci despre un efort prelungit de a avea o relație.

Merită a doua șansă

Oamenii sunt alții în fiecare zi: se trezesc dimineța și au toate șansele să fie buni; dar ceea ce se întâmplă în jurul lor îi predispune adesea la reacții tipice unor indivizi răi. Adesea, despărțirea temporară față de un astfel de om este cea mai bună soluție. Ea trebuie să se desfășoare după un principiu care merită mai multă atenție în zilele noastre: principiul deciziei reversibile. Mitul modern conform căruia decizia luată este definitivă ne este profund dăunător. Dacă El este cel care își dorește despărțirea și tot El este cel care vrea să se întoarcă, trebuie să se știe că bărbatul care se întoarce este mult schimbat în bine, căci experiența este un factor important de accentuare a masculinității. Dar mai trebuie adăugat ceva: nu încerca să reînnozi relația făcând-o „așa cum a fost” înainte de despărțire. Nu va mai fi nicio dată așa cum a fost...

S-a terminat înainte de a începe

„Nu strica prietenia noastră prin sex”, poți auzi adesea, mai ales de la o fată. Iar băiatul își dă seama, bietul, că toată prietenia pe care a urzit-o pentru a o avea pe Ea, se înfundă ca un drum comunal, fără ca măcar un sărut serios să fi avut loc între ei. De aici rezultă o concluzie pentru tine, dragă fată: adesea, prietenia cu un băiat poate ascunde în adâncurile ei dorința acelui băiat de a fi cu tine și din punct de vedere erotic. Prin aceasta, prietenia unui băiat cu o fată diferă de prietenia lui cu un alt băiat, întemeiată mai ales pe nevoia de a avea o competiție pozitivă cu unul de seama lui.

O altă expresie legată de sexul care n-a fost sună cam așa: „Îmi pare rău că n-am făcut-o cu el.” Prin aceasta, fata își exprimă regretul că nu și-a început viața sexuală cu un băiat pe care-l disprețuia la acea vreme, dar care s-a dovedit a fi un partener mult mai potrivit decât cei care au urmat în viața ei. Ce-ar trebui să facă ea: să se întoarcă la acel băiat din trecut? Poate că ar merita, mai ales dacă el nu percepe aceasta ca o simplă invitație la sex. Întoarcerea la cel care

a fost nu trebuie să arate ca o reînnoadăre a ceva perimat, ci ca o nouă relație, bazată pe experiența câștigată între timp.

Cum s-o lași pe mai târziu

După cum îți vei da seama când vei avea copii, amânarea este gestul de aur al maturității. Ce este mai greu oare: să te convingi pe tine să amâni ceea ce-ți vine să faci, sau să-l convingi pe altul să amâne ceea ce-i vine să facă? Când vrei să te convingi pe tine însuși să amâni ceva plăcut, nu trebuie să renunți la acel ceva, ci să găsești ceva superior. Întotdeauna, cunoașterea a ceva superior trece prin cunoașterea de sine. Tot așa ar fi bine să procedezi și când vrei ca partenerul sau partenera să-și amâne plăcerea pe care vrea s-o obțină de la tine: dându-i ocazia să se cunoască pe sine mai bine decât până atunci.

Epilog

Ai ținut vreodată un copil în brațe? E cel mai viu lucru pe care-l poți atinge pe Pământ. Când s-au născut copiii mei și m-am dus să-i privesc, simțeam că mă uit prin fereastra timpului la mine însumi, dar nu numai la mine; mai era acolo cineva. Uitasem că sunt medic și aveam senzația că aceeași taină care m-a creat pe mine i-a zămislit și pe ei. Îmi dădeam seama că făcusem dragoste ca să-i am pe ei, dar ceva scăpa înțelegerii mele: nu mai știam precis cum făcusem... Această carte m-a ajutat să-mi amintesc, iar acum ți-o ofer ție ca s-o păstrezi în minte.

Cuprins

1. SITUAȚII EROTICE	5
Amor cu ochii închiși	6
O dată și gata!	7
Sexul pasiv	10
Sexul planificat	13
Mintea de a doua zi	16
Sexul cu martori	20
În pat, fără sex	24
Sexul de adio	27
Dragostea cu străini	29
2. LA MARGINEA PATULUI	33
Egoism și iubire	34
Motivul sexual	37
Cel care ar fi putut să fie	40
Cuvintele în sex	43
Orgoliu și umilință	47
Când primești o sarcină... ..	52
Sex și încredere	54
3. IDEI CU TRANSMITERE SEXUALĂ	59
Pygmalion și femeia lui	60
Unul pe viață	64
Religie și sex	66
Sex și lege	68
Dimensiunea publică a sexului	74
Cu părinții pe cap	79
Educația sexuală	89
4. UNELTELE DRAGOSTEI	95
Pe unde se face sex	96
Despre poziții	100
Mișcări erotice	104

Erecția ca unealtă	106
Tacâmul sexual	109
Sexul cu bile	113
Afrodisiacele	116
Anafrodisiacele	120
A fi bun în pat	123
Înlocuitori pentru sex	127
Deșeurile sexuale	129
5. OAMENI CIUDAȚI	133
Despre pederastie	134
Homosexualitatea pozitivă	136
Bisexualul	139
Cum se poartă un satir	140
Când celălalt este ciudat	143
Schimbarea de sex	148
Spectacol cu expoziție	150
Froteurul anonim	152
Lesbianism și tribadism	154
Când partenerul nu e om	155
Despre fetișism	157
Despre triolism și schimbism	158
6. CEVA NU MERGE	161
Amănți și amante	161
Ejacularea precoce	164
Impotența	168
Sexul la rece	170
Rănile sexuale	174
Drumul spre bordel	179
Aluziile la sex	183
Când sexul e o formă de abuz	188
Avortul la bărbați	196
Moartea pasiunii	199
Ne despărțim, dar rămânem prieteni!	202
Epilog	205

Redactor
LAURA PAMFIL

Apărut 2002
BUCUREȘTI – ROMÂNIA

Tiparul: R.A. „MONITORUL OFICIAL“

Din cuprinsul volumului I

- Centura de castitate
- Băieții virgini
- Competiția în dragoste
- Sex înainte de căsătorie
- Visul erotic
- Oceanul de fantasme
- Complexe legate de sex
- Dimensiuni care contează
- Orgasmul feminin
- Orgasmul masculin
- Pragul durerii
- Repulsia, dușman al sexului
- Cum să fii aleasă
- Combinații și lipeli
- Cu prezervativul pe tine

Adresele cabinetelor SECS

Pentru a vă putea decide asupra metodei contraceptive pe care o veți folosi, adresați-vă cabinetelor de planificare familială. Cabinetele de Planificare Familială SECS vă oferă: metode contraceptive moderne, educație sexuală, consiliere, examene de laborator, consultații de ginecologie, consiliere psihosexuală,

Vă așteptăm

ALBA

Adresa: Str. Moșilor 28, Alba Iulia

Tel./fax: (058)813 132

E-mail: cabinet.ab@secs.ro

ab_secs@cristalsoft.ro

BUCUREȘTI

Adresa: Bd. Iuliu Maniu 1 -3, Complex Studentesc LEU

Tel.: (01)411.39.91; 092 400 438

E-mail: cabinet.b@secs.ro; cabinet.secs.leu@xnet.ro

CĂLĂRAȘI

Adresa: Str. Flacăra, bl. 17, ap. 2, Călărași

Tel./fax: (042)314179

E-mail: cabinet.cl@secs.ro

filimon@calarasi-colmed.ro

CLUJ

Adresa: Str. Fabricii de Zahăr 11, ap. 31, Cluj

Tel./fax: (064)445015

E-mail: cabinet.cj@secs.ro

secs@mail.soroscj.ro

CONSTANȚA

Adresa: Str. B-dul Tomis, nr.111

Tel./fax: (041)547480

E-mail: cabinet.ct@secs.ro

cabinetsecs-ct@xnet.ro

IAȘI

Adresa: Str. T. Vladimirescu, nr.81

Tel./fax: (032)272 996

E-mail: cabinet.is@secs.ro

secsiasi@mail.dntis.ro

SIBIU

Adresa: Str. Victoriei 31, parter, cămin sudentesc

Tel./fax: (069)217 749

E-mail: cabinet.sb@secs.ro

secs@magicnet.ro

TÂRGU MUREȘ

Adresa: Aleea Hațeg, nr. 12, ap. 1, Târgu Mureș

Tel./fax: 065/ 255 520

E-mail: cabinet.ms@secs.ro

secs_ms@netsoft.ro

TIMIȘOARA

Adresa: Str. Holdelor, nr. 2, bl.B 91, sc.A, ap.2

Tel./fax: (056)281 453

E-mail: cabinet.tm@secs.ro

timissecs@mail.dnttm.ro

TULCEA

Adresa: Str. Mahmudiei 17, Tulcea

Tel.: (040)514699; Fax: (040)517637

E-mail: cabinet.tl@secs.ro

vbogdan@x3m.ro

TURNU SEVERIN

Adresa: Str. Crișan, nr.3, bl.A0, ap2, Turnu Severin

Tel./fax: (052)315 360; 092 211 990

E-mail: cabinet.mh@secs.ro

secs_mh@yahoo.com

În seria Humanitas Junior va apărea

MIRCEA CĂRTĂRESCU

ENCICLOPEDIA ZMEILOR

Ilustrații color de TUDOR BANUȘ

Toată lumea știe ce este un zmeu: o figură mitologică de origine, se pare, sîrbo-croată, care populează cu generozitate imaginarul mitologic românesc, înfățișîndu-se ca o creatură semiumană, aprigă la mînie și îngrozitoare la vedere.

Oricîte basme cu zmei veți fi citit sau ascultat, mai sînt o mulțime de lucruri pe care se cuvine să le știți în privința acestor făpturi: cum sînt alcătuite pe din afară și pe dinlăuntru, cîte specii și varietăți de zmei există pe lumea asta, ce geografie are universul lor, ce istorie au, cît de bine stau la capitolul arte și meserii, sau, de pildă, ce istorioare le spun zmeoaicele zmeișorilor lor înainte de culcare.

Tocmai de aceea, Mircea Cărtărescu, remarcabil specialist în zmeologie (știința universului zmeilor) și atent iscoditor în lumea celor nevăzute, a adunat pentru voi toate aceste lucruri sub titlul *Enciclopedia zmeilor*. Împreună cu celebrul ilustrator Tudor Banuș, autorul reușește să vă ofere o imagine completă a acestui univers, care nu este nici pe departe atît de înfricoșător și amenințător cum vi s-a spus, poate, pînă acum.

În ceea ce-i privește pe cei trecuți de prima tinerețe, ei vor descoperi în această carte o lectură încîntătoare pentru orice vîrstă, o pledoarie pusă în slujba inteligenței și spiritului ludic, plină de umor și de subtilități literare. Din acest motiv, nu ne îndoim că apariția acestei cărți va constitui evenimentul editorial al anului.

TALON DE COMANDĂ

Carte Humanitas prin poștă

Cițiți pe verso despre avantajele utilizării serviciului nostru direct de distribuție și despre procedura de comandă.

Nr. crt.	Titlu, autor	Preț (lei)	Nr. ex.
1	Mircea cel bătrîn și luptele cu turcii NEAGU DJUVARA	199 000	
2	Regulile seducției ELLEN FEIN/SHERRIE SCHNEIDER	59 000	
3	Cum se formează copiii noștri DOROTHY LAW NOLTE/RACHEL HARRIS	79 000	
4	Cum găsești adevărata dragoste DAPHNE ROSE KINGMA	69 000	
5	Bebelusul este o persoană BERNARD MARTINO	85 000	
Total			

CARTE HUMANITAS PRIN POȘTĂ

cu plata ramburs / la primirea coletului

Avantajele dumneavoastră: 10 % reducere din prețul de librărie, indiferent de cantitatea comandată • taxe poștale gratuite / suportate de Humanitas • materiale promoționale la zi privind aparițiile noastre.

Cum comandați: Bifați pe TALONUL DE COMANDĂ precedent titlurile care vă interesează • Adăugați, dacă e cazul, alte titluri Humanitas • Indicați, pentru fiecare titlu, numărul de exemplare dorite • Țineți cont de faptul că lista de titluri disponibile și prețurile înscrise în TALONUL DE COMANDĂ erau valabile la data trimiterii în tipografie a cărții de față • Pentru informații la zi privind titlurile disponibile și prețul lor, sunați la tel. 01/ 223 15 01.

Cum transmiteți comenzile: prin poștă, telefon, fax, e-mail sau Internet (căutați pe site-ul nostru bonul de comandă).

Editura Humanitas

Piața Presei Libere 1

79 734 București — România

Tel.: 01/ 222 90 61, Fax: 01/ 224 36 32

E-mail: cpp @ agora.humanitas.ro

Internet: www.humanitas.ro

Datele dumneavoastră

Nume _____

Adresă _____

Telefon, fax _____

Informații suplimentare (completați aceste rubrici pentru a fi inclus în baza noastră de date destinată unui viitor direct-mail)

Data nașterii _____ Profesia _____

Preferințe de lectură / domenii de interes _____

Semnătura

Data

